

BACH-BLÜTENTHERAPIE

In einer Untersuchung zu unkonventionellen Heilverfahren aus dem Jahre 1996 wurde die »Blütentherapie« des britischen Arztes Edward Bach (1886–1936) mit folgenden Worten bewertet: »Kann nicht empfohlen werden zur gezielten Behandlung von Krankheiten aufgrund des Mangels an Wirksamkeitsnachweisen und der Gefahr von Fehlbehandlungen« (Die andere Medizin 1996). Schulmediziner führten etwaige Behandlungserfolge auf Placebo-Effekte zurück (Bettschart 1995, Saller 1997, Willeck 1999). Völlig kontrovers beurteilen indes esoterisch ausgerichtete Anhänger des Blütensystems diese Therapieform. Sie berichten von einer »geistartigen Behandlungsform« und »feinstofflichen Heilweise«, durch die eine Harmonisierung von »spirituellem Körper, Mental-, Astral- und Äther-Körper« erzielt werde (Scheffer 1989). Zudem wird Bach als »verkklärter« Mensch, »der plötzlich zum Entdecker einer der wohl interessantesten Heilmethode der Naturheilkunde geworden ist« dargestellt (Bayerlein 1999). Ziegler hingegen hält ihn für einen »Modearzt ohne klinische Relevanz«, der »auf der bürgerlichen New-Age-Welle der 20er- und 30er-Jahre ritt« und lediglich durch sein »mystisches Gedankengebäude von sich reden machte« (Ziegler 1999). Ein sachliches Urteil kann kaum aus einer Diskussion dieser unterschiedlichen Standpunkte resultieren, und tatsächlich lässt sich die Bach-Blütentherapie weit besser verstehen und einordnen, wenn man den Lebensweg Bachs nachzeichnet.

DER LEBENS LAUF EDWARD BACHS

Edward Bach wurde am 24. September 1886 in Moseley, einem kleinen Ort in der Nähe Birmingham, geboren. Mit 16 Jahren beendete er die Schulbildung, um anschließend in der väterlichen Erzgießerei zu arbeiten. Als sein Vater sich bereit erklärte, ein Medizinstudium zu finanzieren, immatrikulierte sich Bach 1906 an der Universität Birmingham. Während des Medizinstudiums wechselte er zur Londoner Universitätsklinik. Er bestand dort 1912 das Examen und arbeitete nach mehreren erfolgreich abgelegten Zusatzprüfungen als Unfallchirurg. Wenige Monate später trat Bach in die Unfallabteilung des National Temperance Hospital ein, gab diese Stelle jedoch schon bald wieder auf, da er einen »gesundheitlichen Zusammen-

bruch« erlitt, von dem er sich Zeit seines Lebens nicht mehr vollständig erholen sollte. 1914 erhielt Bach die Approbation als Arzt und eröffnete in London eine Allgemeinarztpraxis. Im Laufe des folgenden Jahres assistierte er zusätzlich am bakteriologischen Institut der Universitätsklinik. Dort betrieb Bach immunologische Forschungen und arbeitete sich in die Gebiete der Bakteriologie, Serum-, Toxin- und Vakzinforschung ein.

Bach glaubte, dass viele chronische Leiden aus Fehlernährungen und – als deren Folge – aus einem chemisch, physikalisch und bakteriologisch veränderten Darmmilieu resultierten. Er riet zu Diäten und injizierte so genannte Autovakzine, die nicht aus fremdem Spendermaterial gewonnen worden waren, sondern der individuell-pathologischen Darmflora entstammten. Mit diesen Zubereitungen versuchte Bach den Organismus des Patienten von jenen Toxinen zu reinigen, die er als Ursache chronischer Erkrankungen ansah.

Während des Ersten Weltkrieges betreute Bach neben seiner umfangreichen bakteriologischen Tätigkeit an der Universitätsklinik eine 400-Betten-Station mit Kriegsverletzten. Obwohl sich sein Gesundheitszustand zusehends verschlechterte, gönnte er sich selbst keine Ruhe. Vielleicht versuchte er auf diese Weise den Tod seiner ersten Frau, die er im Januar 1913 geheiratet hatte, zu verarbeiten; denn sie war trotz offensichtlicher Erfolge auf dem Gebiet der Serum-Therapie an einer Diphtherie-Erkrankung verstorben. Im Mai 1917 ging Bach eine neue Ehe ein, doch bereits im Juli desselben Jahres verschlechterte sich sein Gesundheitszustand derart rapide, dass ihm Ärzte nur noch drei Monate Lebenszeit prognostizierten. Es liegt die Vermutung nahe, dass Bach an einer hämatologischen Erkrankung mit Splenomegalie litt. Einige dieser Krankheiten weisen nach Entfernung der Milz eine relativ gute Prognose auf, und auch Bach erholte sich nach der operativen Entfernung eines »bösartigen Milztumors« rasch. Die Röntgenassistentin Nora Weeks – Bachs Mitarbeiterin seit Mitte der 20er-Jahre – berichtete, er habe seit der Genesung über die Ursachen seiner Rückkehr ins Leben nachzudenken begonnen und geschlossen, dass ein alldurchdringendes Interesse, eine große Liebe, ein unumstößlicher Lebensentschluss für die Gesundheit und das Lebensglück entscheidend seien. Wenn es gelänge, im Kranken den Lebenswillen und den Wunsch nach einer Lebensaufgabe wachzurufen, kehre auch die Gesundheit wieder zurück (Weeks 1988).

Bach errichtete 1918 am Nottingham Square in London ein kleines Privatlabor, wo er Patienten empfangen und vor allem seine Arbeiten auf dem Gebiet der Vakzine und der Immunologie weiter betreiben konnte (Weeks 1988). Er experimentierte zunächst wieder mit autogenen Vakzinen, die zwar bei Akuterkrankungen Heilungen erzielten, indes bei langwierigen Leiden nicht die gewünschten Erfolge zeigten. Bach schloss, unter Berücksichtigung von Patientenanamnesen, dass die erfolgreiche Behandlung chronischer körperlicher Beschwerden nur durch eine ganzheitlich-psychosomatische Medizin, die die Persönlichkeit des Kranken, dessen Lebenseinstellung, Gefühlslage und seelischen Zustand einbezog, zu erreichen sei.

Im März 1919 wurde Bach als Pathologe und Bakteriologe an das Londoner Homöopathische Krankenhaus berufen. Hier erlernte er die Anwendung alternativer Heilmethoden und wandte sich unter dem Einfluss einiger führender Ärzte der – wie er bemerkte – genialen Hahnemannschen Lehre zu. 1922 kündigte Bach jedoch seine Anstellung, um in größeren Laborräumen am Crescent Park die so genannte intestinale Vergiftung in Verbindung mit chronischen Leiden und Krebskrankheiten zu erforschen. In einem späteren Referat (1928) hob Bach die Tatsache hervor, dass vor allem die nicht-lactosespaltenden Darmbakterien »zweifelloos in Zusammenhang mit chronischer Krankheit« stünden, eine subjektive Erkenntnis, die er auch therapeutisch auszunutzen versuchte.

Bach versuchte seine Impfstofftherapie den Grundsätzen der Homöopathie anzunähern, indem er potenzierte, oral einzunehmende Vakzine herstellte. Er merkte an, dass die Bakterien während des Herstellungsprozesses so verändert würden, dass sie nicht mehr pathogen wirkten, dennoch lösten sie seinen Beobachtungen zufolge »wie auch homöopathische Arzneien, noch gewisse Symptome« aus. Bach folgerte, dass die moderne Vakzine-therapie den homöopathischen Methoden besonders nahe stehe. Von 1922 bis 1928 soll Bach sieben unterschiedliche, aus Darmbakterien gewonnene Therapeutika eingesetzt haben, die er als »Nosoden«, als Bindeglieder zwischen allopathischer und homöopathischer Medizin bezeichnete (Bach 1989).

Weiterhin merkte er 1924 an, dass die intestinale Vergiftung – verursacht durch ein Übermaß an tierischen Eiweißen und einem zu geringen Verzehr an pflanzlicher Rohkost – ursächlich mit chronischen Erkrankungen und Tumoren einhergehe.

Bis zu diesem Zeitpunkt zog Bach seine bakteriologischen und therapeutischen Schlüsse noch überwiegend aus den Ergebnissen systematischer wissenschaftlicher Forschung. Indes stellte er seit 1928 den Nutzen der medizinischen Wissenschaft zunehmend in Frage, da sich seiner Meinung zufolge, die allopathische Heilkunst auf die materialistische Erfassung des physischen Körpers beschränke. Als er während eines abendlichen Diners konstatierte, dass Menschen auf negative Erfahrungen oder Einflüsse mit archetypischen Verhaltensmustern wie zum Beispiel Angst, Verzweiflung oder Mutlosigkeit und in deren Folge mit somatischen Beschwerden reagierten (Weeks 1988, Bach 1991), ordnete er seinen bakteriellen Nosoden sieben Gemütsstimmungen zu. So konnte Bach den erheblichen diagnostischen Aufwand – zur Bestimmung des infizierenden Bakterien-Typs musste Bach täglich über eine längere Zeit hinweg Stuhlproben desselben Patienten auswerten – deutlich vereinfachen (Bach 1989). Bald verschrieb er seine Nosoden allein aufgrund der Persönlichkeitsmuster, und es soll ihm gelungen sein, »mit einer hohen Wahrscheinlichkeit von dem Typus des Patienten und seinen Symptomen auf die in dem Patienten vorherrschende Art der Darmbakterien« und die anzuwendenden Nosoden zu schließen: »Bach war höchst unzufrieden mit sich, wenn es ihm nicht gelang, in der kurzen Zeit, die ein Patient brauchte,

um von der Sprechzimmertür zu seinem Schreibtisch hinüberzugehen, das Mittel zu bestimmen, das ihn heilen konnte« (Weeks 1988). Indes fand er mit seiner »modernisierten« Hahnemannschen Therapie keinen großen Widerhall im Lager der orthodoxen Homöopathen.

Seit Mitte der 20er-Jahre vertiefte sich Bach zusehends in die Laborarbeit und Aufbereitung der Nosoden. Er soll die von 700 Ärzten eingesandten Bakterienkulturen selbst aufbereitet haben und damit bedeutende Jahreseinkommen von über 5000 Pfund erzielt haben. Um diesen großen labortechnischen Arbeitsaufwand bewältigen zu können, stellte er mehrere Mitarbeiter ein. Nach Barnard sahen Bachs Frau und seine kleine Tochter ihn nur noch selten, so dass die Ehe in Trennung endete (Barnard 1989).

BACHS ESOTERISCHE AUSRICHTUNG

Barnard nimmt an, dass Bach zu jener Zeit Kontakte zu esoterischen und spirituellen Gruppen, die Westeuropa seinerzeit beeinflussten, pflegte (Barnard 1989). Hierzu zählte auch die Theosophische Gesellschaft, die 1875 in New York von Helena Petrowna Blavatsky (1831–1891; »Mutter der Esoterik«) und Henry Steel Olcott (1832–1907) gegründet worden war. Man plante, einen esoterischen Bruder- und Schwesternbund für die »ganze Menschheit« zu schaffen.

Bach vertrat eine Lebensphilosophie, der zufolge der Mensch im Verlauf seines Lebens anstreben muss, ein vollkommenes, wissendes, erfahrenes, selbstloses Wesen zu werden, in dem die materielle körperliche Welt und die spirituellen Aspekte eine Einheit bilden. Er führte an, dass die Seele, das »wahre, göttliche, höhere Selbst«, die persönliche Berufung vorgibt, indem sie durch Gemüt und Körper wirkt. Die Entwicklung vom Neugeborenen zum gottgefälligen Menschen vollzieht sich demnach in Stufen oder Lektionen, während derer die zum Teil ererbten, entwicklungs- oder umgebungsbedingten menschlichen Schwächen wie Angst, Hass, Trunksucht, Grausamkeit oder Machtstreben in die entgegengesetzten Tugenden umzuwandeln sind: Letztlich gilt es Bach zufolge »selbstisch« in »selbstlos«, Wünschen in Wunschlosigkeit, Getrenntsein in Einheit zu verwandeln. Wer die ihm gestellten Aufgaben annimmt, also der Intuition, dem Instinkt, Gewissen oder dem ureigensten Verlangen folgt, gewinnt eine Harmonie von Geist, Körper und Seele. Gemäß Bach garantiert dieser Zustand persönliche Freiheit, vollkommenes Glück und natürliche, ursprüngliche Gesundheit.

Bachs theosophische Ausrichtung bewirkte, dass er seine bisherigen Annahmen zur Ätiologie von Krankheiten zugunsten einer weitgehend abakteriellen Theorie revidierte. Seiner Meinung zufolge sind die eigentlichen pathogenen Ursachen außerhalb, oder wie er formulierte »oberhalb« der körperlich-materiellen Ebene zu suchen; körperliches Leiden resultiert demnach aus dem »Widerstand der niedrigeren Persönlichkeit gegen die Weisung der Seele«. Er präziserte, dass wenn die »Göttlichkeit in unserem In-

neren«, die uns zur Weiterentwicklung anhält, vernachlässigt wird, oder Wünsche, Gedanken oder Befehle, die unvereinbar mit dem eigenen Gewissen sind, aufgezwungen werden, ein Konflikt zwischen Körper und mentaler Ebene resultiert. Diese Konstellation bedingt Bach zufolge letztlich jene pathologischen Beschwerden, die das Gegenteil der angestrebten Tugend anzeigen. Wer beispielsweise nicht ablässt, grausam zu sein, erfährt solange körperliche Schmerzen, bis er sein Fehlverhalten ablegt und dem von der Seele erwünschten Wachstumsprozess Folge leistet. Demnach wird die Steifheit eines Gelenkes bedingt durch Starrheit im Denken; eine erkrankte Hand weist auf Fehler im Tun hin, der schmerzende Fuß auf das Versagen anderen beizustehen, das nicht gesunde Herz auf Mangel oder Übertreibung im Zusammenhang mit dem Liebe-Aspekt, das Augenleiden auf das Versagen, recht zu sehen und die Wahrheit zu erfassen. Der korrektive Zweck körperlicher Leiden besteht demzufolge darin, den Patienten auf sein Fehlverhalten aufmerksam zu machen, so dass er wieder zum persönlichen Glück zurückfindet.

Im Verlauf des Jahres 1930 entwarf Bach eine Anleitung zur Diagnose und Behandlung von Krankheiten. Der zufolge untersucht der »wissende« Arzt nicht körperliche Beschwerden und Symptome, sondern er studiert das Wesen und gegebenenfalls die Umstände, Umgebung und das menschliche Umfeld des Patienten. Infolge dessen kann er dem Kranken zu einem Wissen über sich selbst und die beschwerdeverursachenden Konflikte verhelfen, so dass dieser sein geistiges Fehlverhalten korrigieren, die Einheit zwischen materieller und mentaler Welt wieder herstellen und somit gesunden kann.

Bach beurteilte so genannte Schwächen und Tugenden als relative, in Abhängigkeit von einer bestimmten Entwicklungsstufe zu wertende Eigenschaften. Er führte aus, dass für einen jüngeren Menschen das Machtstreben durchaus im Einklang mit der Persönlichkeit und dem geistigen Selbst stehen könne; in einem höheren Entwicklungsstadium führe dieses Verhalten indes zu einem krankhaften Persönlichkeitstyp, beispielsweise dem Tyrannen, da die Seele nun eigentlich bestimme zu geben, anstatt zu nehmen. Abgesehen von dem Prinzip Macht unterschied Bach noch zwischen sechs weiteren Lebens-Lektionen, während derer Menschen versagten, nämlich der Ausgeglichenheit, der Liebe, dem intellektuellen Wissen, dem Dienen, der Weisheit und der geistigen Vollkommenheit. Diesen sieben Prinzipien ordnete er jeweils drei Gemüdstypen zu, die aus Fehlverhalten im Bereich der Lebens-Lektionen resultierten (Tab. 23).

Bach präziserte in einem Aufsatz seine »fundamentalen Überlegungen zu Krankheit und Heilung«. Er merkte an, dass zuerst das Gemüt der Heilung bedürfe, anschließend gesunde der Körper von selbst. Bach zufolge trifft Hahnemanns Grundsatz »similia similibus curentur« nur bis zu einem gewissen Punkt zu, denn die homöopathische Arzneitherapie vertreibe zwar die schädliche Kraft aus dem Körper, hinterlasse jedoch ein mentales Vakuum. Eine sinnvollere therapeutische Vorgehensweise bestand nach Bachs Meinung darin, die anzustrebende Tugend »hineinzuziehen«, um damit die

TABELLE 23 ■ ZUORDNUNG VON GEFÜHLSPRINZIPIEN UND PERSÖNLICHKEITSTYPEN

Gefühlsprinzip	Persönlichkeitstyp
1. Macht:	Autokrat, Tyrann, Effekthascher
2. Intellektuelles Wissen:	Zerstörer, Magier, Satyr
3. Liebe:	Inquisitor, Hass, Rausch
4. Ausgeglichenheit:	Ekstatiker, Wetterfahne, Hysteriker
5. Dienen:	Egoist, selbstgerecht, Schächer
6. Weisheit:	Narr, agnostisch, Clown
7. Geistige Vollkommenheit	Schwärmer, Puritaner, Mönch

Schwäche in der Persönlichkeit zu beseitigen. Konzentriere dich beispielsweise ein grausamer Mensch darauf, Mitgefühl zu entwickeln, dann lösche er dieses Fehlverhalten aus und werde immun. Diese Vorgehensweise bezeichnete Bach als das »Gesetz von Positiv und Negativ«.

ZUR GENESIS DER BLÜTENTHERAPIE

Dadurch, dass Bach das Krankheitsgeschehen psychisch begründete und es in dem Satz »Ihr leidet an euch selbst« zusammenfasste, suchte er nach neuen »lebenspendenden, erhebenden und charakterlich veredelnden« Arzneien, die den emotionalen Zustand des Kranken positiv beeinflussten. Im November 1928 hatte Bach vor der Britischen Gesellschaft für Homöopathie einen Vortrag über »Die Wiederentdeckung der Psora« gehalten und die Versammlung von der Bedeutung der Nosoden bezüglich dieser chronischen Krankheit zu überzeugen versucht. Man zeigte jedoch Skepsis gegenüber Arzneimitteln, die aus pathologisch wirkenden Mikroorganismen gewonnen worden waren.

Seit jenem Vortrag im November müssen Bach Bedenken zur Anwendung der Nosoden gekommen sein, so dass er in der Folge alternativ wirkende und unbedenkliche Heilmittel suchte. Metalle lehnte er aufgrund ihres »untermenschlichen« Status ab. Gegen die Anwendung tierischer Heilmittel sprach sich der vegetarisch lebende Bach ebenfalls aus. Somit verblieb das Pflanzenreich, das Bach in drei Kategorien unterteilte. In die erste Gruppe subsumierte er primitive oder giftige Gewächse, die die Schwingungen des Körpers nachteilig senkten. Das zweite Kollektiv repräsentierten die Nahrungspflanzen. Die letzte Kategorie wurde von Kräutern mit einem Entwicklungsgrad, den Bach als mindestens so hoch wie den des durchschnittlichen Menschen bewertete, gebildet. Diesen »Frohnaturen der

Pflanzenwelt«, die angeblich das »Verlangen besaßen, zum Wohle des Menschen genutzt zu werden«, sprach er die Kraft zu, »zu heilen und zum Segen zu gereichen.«

Im Frühjahr 1930 veräußerte Bach sein einträgliches Labor und begab sich fortan auf die Suche nach jener Gruppe wild wachsender Blütenpflanzen, die sich durch so genannte hohe Schwingungseigenschaften auszeichneten und die angeblich die Fähigkeit besaßen, in Harmonie zum menschlichen Körper zu treten. Sein hoch entwickelter Tastsinn soll derart verfeinert wie auch empfänglich gewesen sein, dass er die von jeder Pflanze abgestrahlten Vibrationen und Kräfte spürte. Bach sprach in diesem Zusammenhang von seinem »hoch empfindlichen inneren Sensorium«, und Weeks (1988) bestätigte, dass Bach nur ein Blütenblatt oder eine Blüte – die die konzentrierte Lebenskraft eines Krautes enthielt – selbst in die Hand nehmen oder auf seine Zunge legen musste, um die spezifischen Reaktionen seines Körpers auf die Wirkkraft der jeweiligen Pflanze zu spüren. Bach fühlte »ganz deutlich, dass in ihm eine Art göttliche Inspiration erwachte, das intuitive Wissen um die verborgenen Heilkräfte der Natur ... Er war sich auch bewusst, dass er die göttliche Gabe besaß, mit seinen Händen zu heilen«.

Bereits vor November 1928 hatte Bach das Kraut *Ornithogalum* entdeckt, das ähnliche Effekte wie eine der sieben Nosodentypen zeigte. Indes wies das daraus hergestellte homöopathische Mittel nur eine verminderte Wirksam-

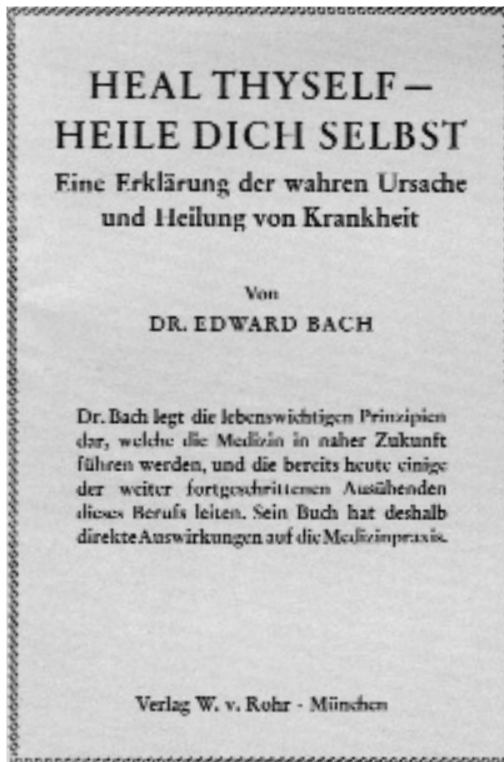


ABBILDUNG 20 ■
TITELBLATT DER DEUTSCHEN
ERSTAUSGABE DER ZENTRALEN
SCHRIFT EDWARD BACHS (1978)

keit auf. Bach folgerte daraus, dass potenzierte Heilmittel aus Pflanzen so genannte »positive Polaritäten« aufweisen würden, während bakteriellen Nosoden »negative Polaritäten« innewohnten. Diese Unterschiede versuchte er durch eine neue Form der Potenzierung zu nivellieren. Im Februar 1930 beschrieb Bach in der Zeitschrift »Homoeopathic World« bereits fünf potenzierte Heilmittel, und bis zum Herbst 1932 entdeckte er sieben weitere Blütenpflanzen, so dass sein System nunmehr zwölf so genannte »Heiler« umfasste. Den größten Teil dieser Blütenpflanzen fand Bach in Cromer, einem kleinen Küstenstädtchen in Norfolk, wo er sich gern aufhielt.

Bach erkannte nun intuitiv, dass nur in der Blüte – »in der bereits der potentielle Samen enthalten sei« – die Lebenskraft, die »Essenz«, konzentriert vorliege. Anfangs stellte er einzelne homöopathische Verreibungen der Pflanzen bis zur siebten Centesimalpotenz her, darüber hinaus wurden weitere Potenzierungsstufen verschüttelt. Für jede Potenzierungsstufe setzte er sterile Gerätschaften ein und wechselte stets die Kittelschürze – ein aufwendiges Herstellungsverfahren. Während eines Feldspazierganges am Morgen »schoss ihm plötzlich der Gedanke in den Kopf«, dass jeder Tautropfen die wichtigsten Kräfte und Energien einer Pflanze enthalten müsse. Denn die Sonne wirke durch die »Flüssigkeit hindurch und entziehe der Pflanze ihre Wirkkräfte« so lange, bis die auf ihr liegenden »Tautropfen vollkommen mit der Kraft der Pflanze aufgeladen seien«. Nun sammelte er den auf bestimmten Blumen abgelagerten Tau ein und probierte die so gewonnene Flüssigkeit an sich selbst aus. In der Folge meinte er erhebliche Qualitätsunterschiede zwischen Tau von Pflanzen die in der Sonne oder im Schatten standen, feststellen zu können (Weeks 1988).

»SONNEN-VERFAHREN« UND »KOCH-METHODE«

Da es zu aufwendig gewesen wäre, stets frische Tautropfen zu sammeln, erfand Bach zur Herstellung der Arzneien ein »Sonnen-Verfahren«, das er bis 1936 mehrmals abwandelte: Man nimmt eine Schale aus dünnwandigem Glas (ca. 500 ml), füllt sie fast mit reinem Wasser aus einem Bach oder vorzugsweise aus einer Quelle und gibt genügend Blüten der gewünschten Pflanze auf die Wasseroberfläche, um diese zu bedecken. Die Schale soll nahe dem Ort, an dem die Pflanze wächst, drei bis vier Stunden im hellen Sonnenschein stehen und von Zeit zu Zeit etwas gedreht werden, damit die Sonne sie gleichmäßig bestrahlt. Wenn die Blüten zu welken beginnen, hebt man sie behutsam heraus, füllt mit dem Wasser bis zur Hälfte eine Flasche auf und versetzt mit der gleichen Menge Weinbrand zur Konservierung. Diese Vorratsflaschen – »stock-bottles« sollten nun die »wohlthätige, magnetische Heilungskraft der Pflanze« enthalten.

Ergänzend zum »Sonnen-Herstellungsverfahren« empfahl Bach eine »Koch-Methode« für jene Blüten und Knospen, die sehr früh im Jahr von Bäumen, Büschen und Sträuchern geerntet wurden, noch bevor die Sonne

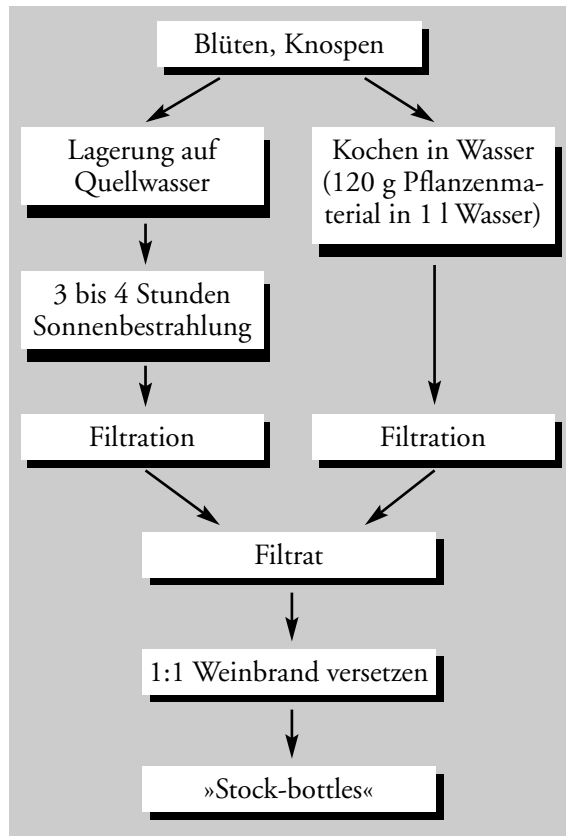


ABBILDUNG 21 ■
VERFAHREN ZUR HER-
STELLUNG VON BLÜTEN-
ESSENZEN NACH BACH

ihre volle Kraft erreichte. Dabei kochte er ca. 120 g Pflanzenmaterial eine halbe Stunde in einem Liter Wasser, seihete die Flüssigkeit ab, füllte sie bis zur Hälfte in Flaschen und gab den gleichen Anteil Weinbrand zur Konservierung hinzu. Aus den so hergestellten »stock-bottles« entnahm er vier Tropfen, um eine 4-Unzen-Medizinflasche mit Wasser zur Arznei zu aktivieren. Von dieser Flüssigkeit sollte der Patient so häufig, wie er es für notwendig hielt, ein wenig einnehmen; in »ganz verzweifelten Fällen« verordnete Bach jede Viertelstunde, in akuten Fällen stündlich, in chronischen drei- oder viermal täglich eine Anwendung, bis Besserung verspürt wurde. Bei Zweifeln über die Auswahl der richtigen Blütenarznei empfahl Bach, mehrere Mittel simultan zu verabreichen. Dies galt auch, wenn der Patient zur gleichen Zeit zwei unterscheidbare Gemütszustände zeigte, wie beispielsweise Angst und Ungeduld. Bach erläuterte, dass im Laufe einer Erkrankung wechselnde Gefühle auftreten könnten, bei ernsthaften Leiden beispielsweise Verzweiflung und Angst, bei der Genesung dann Gleichgültigkeit, in der Rekonvaleszenz Ungeduld oder Schwäche. In solchen Fällen riet er, jede Charakterschwäche einzeln zu behandeln. Bach setzte die Blütentropfen nicht nur als Arznei, sondern auch zur Restitution, Unterstützung und Festigung der Persönlichkeit ein.

Da die Blüthentherapeutika nicht immer den gewünschten Effekt zeigten, stellte Bach – obwohl er »hinsichtlich der genauen Platzierung der Zeichen und Planeten und der Körpersysteme« anfangs noch unsicher war – seinen zwölf Heilpflanzenauszügen zwölf von den Gestirnen beeinflusste Persönlichkeitstypen gegenüber (Bach 1991). Den *Agrimony-(Odermennig)-Charakter* beschrieb Bach als innerlich gequälten, von Sorgen und Befürchtungen geplagten Menschen, der sich nach außen hin unbekümmert zeige, um seine Not zu verbergen. Er nehme häufig Drogen zu Hilfe, um den Belastungen standzuhalten. Der *Chicory-(Wegwarte)-Typus* zeichne sich hingegen durch das innere Verlangen aus, zu lieben und zu dienen. Dennoch lasse er zu, dass äußere Einflüsse das »Ausströmen der Liebe« behinderten; es resultiere eine »Stauung« im Gemüt. Jedem der zwölf Persönlichkeitstypen wies Bach sowohl ein Heilmittel, das helfen konnte, zur eigenen Persönlichkeit zu stehen, als auch ein Lebensziel, eine zu entwickelnde Tugend zu, die die Charakterschwäche verdrängen sollte. Er verordnete beispielsweise *Mimulus-(Gefleckte Gauklerblume)-Tropfen*, wenn der Patient ruhig war, sich aber dennoch fürchtete; *Clematis-(Gemeine Waldrebe)-Tinktur* hingegen bei schläfrigen Kranken, die, benommen und verträumt, sich für nichts interessierten. *Impatiens (Springkraut)* sollte die Reizbaren, Mürrischen, Verdrießlichen und Ungeduldigen positiv beeinflussen und *Centaury (Tausendgül-*

TABELLE 24 ■ ZUORDNUNG VON HEILMITTELN, EIGENSCHAFTEN UND FEHLERN NACH BACH

Menschentyp bzw. Heilmittel	Zu entwickelnde Eigenschaft	Fehler
Odermennig	Stille	Qual
Einjähriger Knäuel	Standhaftigkeit	Unentschlossenheit
Eisenkraut	Toleranz	Schwärmertum, Begeisterung
Weißer Waldrebe	Freundlichkeit	Gleichgültigkeit
Wegwarte	Liebe	Stauung, Betriebsamkeit
Herbstenzian	Verständnis	Entmutigung
Sumpfwasserfeder	Freude	Kummer, Sichfernhalten
Tausendgüldenkraut	Kraft	»Fußabtreter«, Schwäche
Drüsentragendes Springkraut	Vergebung	Pein, Ungeduld
Bleiwurz oder Hornkraut	Weisheit	Narrentum, Selbstzweifel
Gelber Sonnenröschen	Mut	Schrecken, Verzweiflung
Gefleckte Gauklerblume	Mitgefühl	Angst

denkraut) für die Schwachen, Matten, die ruhig, still, häufig zaghaft und schüchtern waren, geeignet sein. *Cerato (Bleiwurz/Hornkraut)* empfahl Bach allen, die kein Interesse am Leben hatten, die nicht viel Vertrauen oder Zutrauen zu sich selbst besaßen, und die *Water-Violet-(Sumpfwasserfeder)-Tinktur* sollten jene einnehmen, die sich gerne zurückzogen und als stille Charakter galten. Wenn ein Patient von plötzlichem Schrecken, Krankheit oder Angst befallen wurde, konnte *Rock Rose (Sonnenröschen)* ergänzend zu anderen Blütentropfen eingenommen werden.

Die Genesung eines Patienten vollzieht sich Bach zufolge in sieben Stufen: der Wiedererlangung von Frieden – Hoffnung – Freude – Glauben – Gewissheit – Weisheit und Liebe. Bach merkte in diesem Zusammenhang an, dass man im Stadium der universellen Liebe, also der Selbst- und Nächstenliebe, frei von den Einflüssen der Sterne – »frei von der Schicksalslinie« – würde, also selbstbestimmt und eigenverantwortlich leben könne.

DIE WEITEREN »HELFER«

Einige Zeit später ergänzte Bach das System der »zwölf Helfer« um die vier so genannten weiteren »Helfer« *Gorse (Stechginster)*, *Oak (Eiche)*, *Heather (Heidekraut)* und *Rock Water (Quellwasser)*. Dazu berichtete er einem Freund: »Lieber Bruder ... Eines Tages ... war ich von Zukunftsangst erfüllt ... mir wurde eine Botschaft zuteil ... Ich schrieb meine Gedanken und Empfindungen sogleich nieder und entdeckte plötzlich gleich neben mir einen Ginsterbusch (Gorse) in voller Blüte ... Ich hatte die Pflanze zuvor nicht gesehen, aber dann dachte ich an den wundervollen Anblick, den von leuchtenden Ginsterbüschen bedeckte Moorlandschaften bieten. So fand ich den ersten unserer vier Helfer ... Viele Leute können natürlich mit alledem überhaupt nichts anfangen, aber ich weiß, dass du darin das Wirken der Weißen Bruderschaft unter uns erkennst« (Bach 1991).

Die Anwendung der »Helfer« empfahl Bach, wenn Patienten bereits einen Teil ihrer Individualität zugunsten der Krankheit verloren hatten, das Leiden also bereits zum Teil des eigenen Wesens geworden war, und keiner der »zwölf Helfer« mehr zu passen schien. Bach verordnete Gorse bei resignierten Patienten, die sich in ihre Krankheit ergeben hatten und nicht einmal mehr klagten. Oak war Bach zufolge bei jenen chronisch Erkrankten angebracht, die trotz des Gefühls der Hoffnungslosigkeit gegen ihr Leiden ankämpften. Heather versprach Besserung bei jenen Typen, die sich intensiv mit allen Einzelheiten ihrer Beschwerden beschäftigten, so dass sie jedes Detail zu ernst bewerteten, und Rock Water half bei jenen Charakteren, die sich selbst jede Freude versagten, weil sie meinten, diese stände ihrer Behandlung im Wege. Die »Helfer«-Tinkturen sollten den Patienten aus einem Zustand der Stagnation in denjenigen der Aktivität überführen. Erst im Anschluss daran vermochte einer der »zwölf Helfer« dem Patienten wieder vollkommene Gesundheit zurückbringen.

Bis Ende 1933 fand Bach drei weitere »Helfer«-Essenzen, nämlich *Olive* (*Olive*), *Vine* (*Weinrebe*), die er von Freunden in Italien und in der Schweiz nach der Sonnenmethode herstellen ließ sowie *Wild Oat* (*Waldtresse*), die alle bei chronischen Krankheiten indiziert waren. Er entwickelte zudem ein Kombinationspräparat, das anfangs aus drei verschiedenen, später aus fünf Blütenauszügen zusammengesetzt war. Bach empfahl diese »*Rescue-Remedy* (*Notfall*)*Tropfen*« zur Anwendung in akuten Notsituationen, etwa bei Unfällen oder seelischen Schockerlebnissen, und er selbst trug stets ein Fläschchen in seiner Tasche.

Bach zufolge konnten alle Krankheiten mit seinen bisher bestimmten neunzehn Blüten-Tropfen therapiert werden. Er schränkte indes ein, dass eine Heilung nur dann zu erwarten sei, wenn der Patient wirklich gesunden wolle. Erlangte jemand durch die Krankheit Vorteile wie Aufmerksamkeit oder Mitgefühl, lieferte die Krankheit dem Kranken die Begründung, sich unangenehmer Pflichten zu entziehen, oder brachte sie finanzielle Vorteile, dann versuchten manche Menschen nicht wirklich zu gesunden. Aus diesen Gründen empfahl Bach, dass jeder Kranke so lange wie möglich ohne Arzneien kämpfe. Die Blüten-Essenzen allein könnten den zwischen Persönlichkeit und Seele bestehenden Konflikt, der die Beschwerden verursache, nicht aufheben. Erst in dem Maße, in dem ein Patient die Verantwortung für sein eigenes Leben übernehme, gewinne er die Freiheit zurück, sich selbst zur Gesundheit zu verhelfen, sein Wesen zu verstehen und nicht länger von anderen Mächten wie Krankheiten, Personen oder Umständen abhängig zu sein.

Im März 1934 verließ Bach Cromer. In Sotwell – unweit Wallingford in Berkshire – mietete er das kleine Haus »Mount Vernon«, um in einer eigenen Praxis die neunzehn Blütenessenzen am Kranken anzuwenden. Seine Patienten nahmen zum Teil weite Reisen in Kauf, sie waren hoch motiviert und überzeugt davon, dass dieser charismatische Arzt ihnen helfen konnte. Für Bach schien der Beweis erbracht, dass insbesondere seine therapeutischen Erfolge bei solchen Menschen zum Zuge kamen, die die richtigen »geistigen Einstellungen« mitbrachten, weitgehend unabhängig vom jeweiligen organischen Befund (Weeks 1988).

ERWEITERUNG DES BLÜTENSYSTEMS

Im Winter 1934/35 erkrankte Bach erneut: »Er litt unter schwersten seelischen Qualen, die von gravierenden organischen Krankheitssymptomen begleitet wurden« (Böhnke 1996). Bach soll geäußert haben: »Mein ganzes Leben hat mein Körper unentwegt unter irgendwelchen Schmerzen oder Beschwerden gelitten.« Es wurde ihm »immer deutlicher bewusst, dass seine Verbindung mit seinem physischen Körper immer schwächer wurde.« Weeks (1991) berichtet weiterhin, dass Bach mitunter verärgert und reizbar, ja fast brutal sein konnte. Er besaß ein aufbrausendes Temperament, folgte stets sei-

ner Intuition, seinem inneren Drang und stellte bisweilen verrückte Dinge an, »um die Leute zu schockieren«. Solche Anwandlungen hielten jedoch nicht lange an. Auch brach der starke Raucher beim Anblick mancher Leute fast zusammen – grau im Gesicht begann er in solchen Situationen zu wanken wie ein Betrunkener und legte sich zur Erholung auf einen Grasstreifen. Wenn er wieder von einem dieser Anfälle heimgesucht wurde, habe man häufig nach ihm gesucht und ihn nach Hause geführt, damit er sich wieder stabilisieren konnte. Hatte Bach behauptet, alle Krankheiten mit seinen bisher gefundenen Essenzen heilen zu können, so schien er sich selbst nicht helfen zu können. Wohl aus diesem Grund begab er sich im darauf folgenden Frühjahr erneut auf Blüten-Suche in der näheren Umgebung Sotwells.

Die erste Heilpflanze der neuen Serie entdeckte Bach im März 1935. Während der folgenden sechs Monate fand er nach und nach 14 Blüten und Knospen von verschiedenen Bäumen, drei von Sträuchern, den dol-digen Milchstern und den wilden Senf. Bachs »Sensibilität« soll bis aufs Äußerste verfeinert gewesen sein, und Weeks (1988, 1991) bemerkt: »Die Anstrengungen ... waren fast übermenschlich ... Bach hatte in rascher Folge Heilpflanze um Heilpflanze entdeckt ... Die seelischen und körperlichen Torturen, die er vor jeder Einzelnen dieser Entdeckungen durchlitten hatte, waren so gravierend gewesen, dass er sich nun völlig geschwächt und erschöpft fühlte ... Er durchlitt ... die negativen Seelenzustände, zu deren Harmonisierung die neuen Heilpflanzen erforderlich waren, sowie schwerste körperliche Krankheitszustände.« Phasenweise war sein Körper von einem unangenehmen Ausschlag überzogen, es brachen Geschwüre an seinen Beinen auf, Haare fielen aus, er verlor fast das Augenlicht, das Gesicht war schmerzhaft angeschwollen und es traten Blutungen auf; diese Beschwerden verschwanden, wenn er eine entsprechende Heilpflanze fand. Daneben litt Bach an »stechendem Kopfschmerz oder fast unerträglichen Schmerzen, die von einer Trigeminusneuralgie herrührten«. Während Bachs Anhänger diese pathologischen Zustände als gesteigerte »Sensibilität« für die Pflanzen interpretierten, dürfte eher ein Aufflammen seiner früheren Grunderkrankung dafür verantwortlich gewesen sein.

Das neue System der 38 Blüten-Essenzen erforderte eine Abkehr vom astrologisch ausgerichteten Konzept der Persönlichkeitstypen. Im erweiterten Schema fügte Bach den schon beschriebenen zwölf Wesensarten weitere 26 Gemütszustände hinzu und unterteilte sie in sieben Persönlichkeitsgruppen. In die erste Gruppe subsumierte Bach fünf typische Charaktere mit dem Leitsymptom Angst. Er differenzierte beispielsweise zwischen dem Menschen, den Furcht vor weltlichen, konkreten Dingen quält und demjenigen, der von unbestimmten, unerklärlichen Ängsten verfolgt wird. Die zweite Gruppe fasste jene sechs Menschentypen zusammen, die an Unsicherheit leiden. Im dritten Kollektiv beschrieb Bach sieben Wesensarten, die nicht genügend Interesse an der Gegenwartssituation aufweisen, im vierten diejenigen, die an Einsamkeit leiden. Die restlichen Gruppen berücksichtigten Patienten, die entweder überempfindlich gegenüber Einflüssen und

Ideen sind, solche, die mutlos und verzweifelt scheinen und diejenigen, die sich um das Wohl anderer allzu besorgt zeigen.

Während des Sommers 1936 veröffentlichte Bach die dritte Auflage seines Buches »Die zwölf Helfer und andere Arzneien«. In diesem Werk führte er alle 38 gefundenen Blütenpflanzen auf, mit denen jeweils ein bestimmter, negativer Seelenzustand durchbrochen werden konnte. Er empfahl beispielsweise bei:

- Angst: Rock rose, Mimulus, Cherry plum, Aspen, Red chestnut.
- Unsicherheit: Cerato, Scleranthus, Gentian, Gorse, Hornbeam, Wild oat.
- Nicht genügendem Interesse an der Gegenwarts-Situation: Clematis, Honneysuckle, Wild rose, Olive, White chestnut, Mustard, Chestnut bud.
- Einsamkeit: Water violet, Impatiens, Heather.
- Überempfindlichkeit gegenüber Einflüssen und Ideen: Agrimony, Centaury, Walnut, Holly.
- Mutlosigkeit und Verzweiflung: Larch, Pine, Elm, Sweet chestnut, Star of Bethlehem, Willow, Oak, Crab apple.
- Allzu großer Besorgnis um das Wohl anderer: Chicory, Vervain, Vine, Beech, Rock water.

Bach wies darauf hin, dass sein System alle wesentlichen kollektiven menschlichen Seelenzustände umfasse und daher als abgeschlossen gelten könne. Er bat, die »alten Beschreibungen nicht mehr zu veröffentlichen, da sie zukünftige Leser unnötig verwirren und in die Irre leiten würden«. Im Oktober 1936 umriss er während einer Freimaurer-Zusammenkunft nochmals die Hauptprinzipien seines Heilsystems:

- Es ist die vollkommenste Behandlungsmethode, die der Menschheit seit ältesten Zeiten zuteil geworden ist.
- Mit ihr lassen sich alle Krankheiten heilen.
- Kein wie auch immer geartetes medizinisches Wissen ist erforderlich.
- Die Krankheit selbst spielt keine Rolle.
- Das Gemüt ist der empfindlichste Teil des Körpers und deshalb der beste Wegweiser zum erforderlichen Heilmittel.
- Allein die Art und Weise, wie der Patient auf eine Krankheit reagiert, wird beachtet, nicht die Krankheit selbst.
- Zustände wie Angst, Niedergeschlagenheit, Zweifel, Hoffnungslosigkeit, Reizbarkeit, Verlangen nach Gesellschaft und Alleinsein, Unentschlossenheit sind die eigentlichen Hinweise darauf, wie der Patient von seinem Leiden betroffen ist, und damit auf das Heilmittel, das er braucht.
- Wegen der Einfachheit eignet sich das Regime auch hervorragend für den Hausgebrauch.

Diese Leitgedanken wollte Bach während einer Vortragsreise, die er an seinem fünfzigsten Geburtstag begonnen hatte, verbreiten. Doch ab Ende Oktober 1936 verschlechterte sich sein Gesundheitszustand zusehends und er verstarb am 27. November 1936.

Es existiert keine wissenschaftliche Begründung, nach welchen Kriterien Bach seine Heilpflanzen in der Natur ausgewählt hat. Die deutsche

Bach-Repräsentantin Mechthild Scheffer hält es für möglich, das Bach »intuitiv aus dem keltischen Kollektiv-Wissen seiner walisischen Vorfahren [oder] ähnlich wie die Rosenkreuzer, die als Heilpflanzen nur so genannte ›Simples«, einfache Kräuter« zu Heilzwecken verwendeten, schöpfte (Scheffer 1999). Bach bezeichnete sein System als ein abgeschlossenes Konzept, das alle möglichen 38 negativen Seelenzustände des menschlichen Charakters berücksichtigte. Dennoch liegt die Vermutung nahe, dass er – wie so häufig zuvor – sein System wieder intuitiv ergänzt hätte, wäre er nicht so früh verstorben. Er hatte wohl geplant, ein Pflanzenbestimmungsbuch herauszugeben, doch erst später erschien unter Mitwirkung Weeks eine Schrift mit Aquarellzeichnungen, die als Hilfe zur Identifizierung der Bach-Blüten verwendet werden konnte. Indes wurde nach Weeks Ableben (1978) keine vergleichbare Publikation mehr aufgelegt (J. u. M. Barnard 1993).

DIE BACH-BLÜTENTHERAPIE HEUTE

Seit Anfang der 80-Jahre erfreut sich die Bach-Blütentherapie wachsender Beliebtheit. Überall im Buchhandel finden sich entsprechende Ratgeber, die »heile Welt der Blütentropfen« scheint unbegrenzt. Die Autoren sind sich einig, dass die einfache und nebenwirkungsfreie Handhabung der Bach-Blütentherapie zu ihrer Beliebtheit entscheidend beigetragen hat.

Klassische Bach-Therapeuten halten eine Diagnose im herkömmlichen Sinn nicht für notwendig, da der Persönlichkeitstyp »rein intuitiv« erfasst wird. Dies erfordert lediglich Übung und Geduld, aber keinerlei psychologische Ausbildung. Primär geht es nicht um körperliche Signale, sondern um die Beobachtung des zu behandelnden Menschen in seiner augenblicklichen Situation. Der Einsatz dieser Therapiemethode soll bei schicksalhaften Veränderungen der Lebenssituation erfolgen: Kündigung, Partnerschaftskrise, Sitzenbleiben in der Schule, Tod des Ehepartners, Pflege eines Schwerkranken in der Familie, in der Midlife-Crisis, bei Krebs- und AIDS-Ängsten. Unterstützend soll die Behandlung nicht nur bei psychischen Erkrankungen wirken, sondern auch bei Neurodermitis, Morbus Crohn und rheumatischen Erkrankungen. Begleitend zu einer notwendigen medikamentösen Therapie können Bach-Blüten bei funktionellen Beschwerden wie Schlafstörungen, Herz-Rhythmusstörungen, bei kleineren Symptomen wie chronischem Schnupfen, bei Erschöpfungszuständen, Infektionen und als Aufbaumittel eingesetzt werden.

Man unterscheidet folgende Ausgangssituationen: Notfallsituationen, akute seelische Krisen, Wunsch nach persönlicher Weiterentwicklung und langandauernde seelische wie körperliche Beschwerden. Eine richtig gewählte Blüten-Mischung wirkt bei akuten Zuständen in wenigen Stunden, spätestens nach Tagen. Chronische Zustände bedürfen einer längeren Therapiedauer: Je nach Lebenssituation, Lebensalter und Struktur des Patienten

kann die Therapie zwischen neun und 18 Monaten liegen. Mögliche Erstreaktionen sollen in den ersten drei Tagen auftreten und sich in vermehrter Traumtätigkeit oder in vorübergehendem Aufflackern alter seelischer und körperlicher Symptome äußern. Dies soll als Anzeichen für den beginnenden »seelischen Ausscheidungsprozess« gelten.

Jedem »archetypischen« Seelenzustand wird eine Blüte zugeordnet, weiterhin können Blüten-Kombinationen ermittelt werden. Üblich sind Kombinationen aus vier bis acht – bei massiv gestörtem seelischem Gleichgewicht bis zu zwölf – Blütenessenzen. Die Essenzen sind beliebig untereinander kombinierbar, indes sollen Standardmischungen kaum wirksam sein. Bei unzutreffender Blütenwahl sollen keine Nebenwirkungen eintreten; eine Gewöhnung sei nicht zu befürchten.

Im akuten Zustand dosiert der Patient nach der »Wasserglasmethode«: Täglich werden morgens aus jeder ausgewählten Konzentratflasche zwei Tropfen in ein gefülltes, normal großes Wasserglas gegeben und in kleinen Schlucken – »jeder Schluck ist ein Energie-Impuls« – über den Tag verteilt getrunken. Bei chronischen Zuständen wird ein Einnahmefläschchen zubereitet. Dabei gibt man von jedem ausgewählten Konzentrat einen Tropfen in die Einnahmeflasche von zehn Milliliter Inhalt und füllt mit einem Alkohol-Wasser-Gemisch (1:3) auf. Hiervon nimmt man mindestens viermal vier Tropfen täglich über den Tag verteilt, spätestens zehn Minuten vor den Mahlzeiten ein. Andere Anwendungen wie Umschläge, Bäder oder lokale Einreibungen werden ebenfalls empfohlen.

Als einzige fixe Kombination werden die Rescue-(Notfall)Tropfen eingesetzt. Sie sollen für eine »sofortige Reintegration des psychoenergetischen Systems [sorgen und] dafür, dass die gefürchtete Kettenreaktion der Schockfolgen auf zellulärer und organfunktioneller Ebene gar nicht erst entsteht oder wieder außer Kraft gesetzt wird.« Die Wirkung soll in manchen Fällen schon nach 30 Sekunden einsetzen. Der Einsatz ist indiziert bei körperlichen Ausnahmesituationen wie Sportunfällen, Prellungen, Insektenstichen, Verletzungen, Verbrennungen, Erstickungsanfällen, allergischen Reaktionen und nach Herzanfall. Eine Anwendung vor und nach Operationen, in Prüfungssituationen, bei Ängsten und Phobien wird empfohlen.

Heutige Bach-Therapeuten fassen ihren Indikationsanspruch nicht so weit, wie seinerzeit Bach. Akute psychiatrische Fälle gelten als Kontraindikation für die alleinige Behandlung mit Bach-Blüten. Auch der Hinweis, dass die Anwendung notwendige weitergehende diagnostische und therapeutische Maßnahmen nicht verzögern darf, fehlt in »seriösen« Ratgebern nicht. Doch man glaubt, die Grundstimmung des Patienten ins Positive verändern und damit eine psychotherapeutische Betreuung begünstigen zu können. Chronisch Kranken soll die Behandlung einen konstruktiven Umgang mit ihrer Erkrankung aufzeigen, und sie zur therapeutischen Mitarbeit aktivieren. Darüber hinaus lasse sich die Dosierung herkömmlicher Medikamente oft deutlich reduzieren oder sogar absetzen (Scheffer u. Augustin 1994; Schmidt 1994; Scheffer 1999).

Bei der von Bach ursprünglich vorgegebenen einfachen Herstellungsmethode wurde nur ein Verdünnungsschritt mit Alkohol vorgenommen (Bach 1989). Hinsichtlich der heutigen Konzentration macht das »Bach-Centre« folgende Angaben: »Die Verdünnung der Inhaltsstoffe der Bach-Blütenkonzentrate wurde immer als 1 in 240 Prozent beschrieben, was einer Verdünnung von 1 Teil in 100.000 entspricht. In manchen Ländern bezeichnet man das auch als 5x-Verdünnung bzw. D5 oder 0,001 Prozent. Alle diese verschiedenen Bezeichnungen für das Verdünnungsverhältnis beschreiben dieselbe Zusammensetzung, die genau den von Dr. Bach festgelegten Methoden und Vorschriften entspricht« (Bach-Centre 2000). Wie immer auch die Konzentration möglicher Inhaltsstoffe sei, die derzeit vertriebenen »stock-bottles« enthalten nicht die Urtinktur nach der Sonnen- oder Koch-Methode, sondern eine im Verhältnis 1:240 gestreckte zweite Verdünnungsstufe.

Inzwischen haben sich zahlreiche Konkurrenzprodukte am Markt der Essenzen etabliert, wie einschlägige Internetadressen unterstreichen. Sie folgen teilweise ähnlichen Grundsätzen wie die Anhänger Bachs, werden aber von ihnen naturgemäß strikt abgelehnt. Damit der Anwender bei der vorhandenen Vielfalt den Überblick behält, soll von Gaß ein Standardwerk aller 2.500 Blütenessenzen erscheinen, die weltweit produziert und vertrieben werden. Die Palette umfasst »klassische« Blütenessenzen nach Bach, Blütenessenzen unterschiedlicher Herkunftsländer (USA, Kanada, Brasilien, Hawaii, Australien, Indien, Himalaja, Süd-Afrika, Frankreich, Österreich, Deutschland und den Niederlanden) und Regionen (Wüsten-, Ozean-, Rainforest-, Alpen-Blüten-Essenzen).

DIAGNOSE UND AUSWAHL DER BLÜTEN-ESSENZEN

Die richtige Auswahl der von Bach zuerst bestimmten 19 Essenzen wurde nach Einführung der neuen Serie im Jahre 1935 komplizierter, und man fragte an, ob nicht alle 38 Essenzen zu einem Kombinationspräparat zusammengefügt werden könnten. Bach sah darin jedoch einen gefährlichen Entstellungsversuch seines Werkes (Bach 1991).

Heutige orthodoxe Blüten-Therapeuten glauben, wie Bach den Persönlichkeitstyp eines Patienten intuitiv erfassen zu können. Ferner soll sich die »Spontanwahl« als diagnostische Hilfe – besonders bei Kindern – erweisen: Der Patient greift in einen Korb, der alle Blüten-Fläschchen enthält, und wählt die passenden Blüten-Essenzen »mit fast 100-prozentiger Genauigkeit« aus. Angeblich soll der bei fünf- bis sechsjährigen Kindern vorherrschende Alpha-Zustand des EEGs für diese »natürliche sensitive Wahrnehmungsfähigkeit« verantwortlich sein (Scheffer 1999). Die astrologische Konstellation eines Menschen hält der seit über zehn Jahren mit Bach-Blüten arbeitende Mediziner Blome bei der Auswahl für hilfreich: »Persönliche, anlagebedingte Schwächen« seien so sehr einfach zu erfassen (Blome 1997).

Scheffer hingegen veröffentlicht Fragebögen zur Findung des Persönlichkeitstyps und zur Auswahl der passenden Blüten-Kombination, in denen die vier Bereiche »Ich und meine jetzige Situation, meine Schwierigkeiten, meine Umwelt und meine Vergangenheit« suggestiv abgefragt werden. Dagegen spricht sich der Heilpraktiker Gesswein aus, der in Bonn seit mehr als 15 Jahren mit Bach-Blüten therapiert. Er will zum ersten Mal die »Dreifache Ordnung in den sieben Bewusstseins-Gruppen entschlüsselt« haben, in welche Bach die 38 Blüten-Essenzen und die ihnen zugehörigen Seelenkräfte und Eigenschaften des Egos einordnete. Infolge dieses Einteilungssystems werde die »Wirksamkeit dieser unvergleichlichen Heilweise gesteigert« (Gesswein 1993). Krämer hingegen, »sensitiver« Heilpraktiker, Seminarleiter und freier Autor erstellte eine Topographie von 242 »archetypischen« Bach-Blütenhautzonen, die als »seelische Reflexzonen« die gesamte Körperoberfläche abdecken (Krämer 1999). Den Anstoß zu dieser Auslegung gaben vermeintlich Bach-therapieresistente Patienten, die »Löcher« in ihrer Aura aufwiesen. Durch Umschläge oder Salben mit Bach-Blüten will Krämer die Wirkung der Essenzen verstärken und körperliche Beschwerden auflösen. Die spezifischen Hautzonen sollen auch für ätherische Öle und Edelsteine existieren. Zudem glaubt Krämer die »Nahtstelle zwischen Bach-Blütenschienen und Akupunkturmeridianen direkt behandeln« zu können.

ANGEBLICHE WIRKSAMKEITSBEWEISE

Man hat versucht die Wirksamkeit von Bach-Blüten-Essenzen durch physikalische Untersuchungsmethoden wie dunkelfeldmikroskopische Blutuntersuchungen zu belegen. Andere Beweise für eine bioenergetische Strahlung der Bach-Blütenkonzentrate soll die so genannte Kirlian-Fotografie (seit 1939) und das neuerdings von Knapp »entscheidend verbesserte« Hochfrequenz-Foto-Verfahren (seit 1983) mit speziell präparierten Farbfilmern (so genannten Color-Plates) liefern (Scheffer 1999). In esoterisch orientierten Kreisen gilt diese »energetische Terminalpunkt-Diagnose«, die insbesondere bei der »Anwendung von Farbmateriale hübsch aussehende Abbildungen« liefert, als Beleg für das Vorhandensein einer Bio-Aura. Das entstehende Bild ist extrem abhängig vom Filmmaterial, von der Belichtungszeit, der äußeren Form der aufgelegten Fläche, dem Auflagedruck und Aufwinklungswinkel, der Leitfähigkeit der Haut (Salzkonzentration im Hautschweiß) und der lokalen Luftfeuchtigkeit. Indes kann man mit diesem Verfahren, je nach Aufnahmetechnik, bei lebenden Personen ebenso wie von Leichenmaterial (Finger und Zehen) »Aura«-Bilder herstellen, die sich völlig gleichen. Selbst eine jahrelang in der Sammlung eines gerichtsmedizinischen Instituts liegende und mumifizierte Affenhand erzeugte trotz der Trockenheit des Materials eine Entladungskorona. Die eindrucksvollen Farbbilder sind keine Abbilder einer Aura, sondern zeigen lediglich an, wie tief die künstlichen Entladungen und das abgestrahlte Licht in die übereinander liegenden Schichten des Farbfilms

vorgedrungen sind (Prokop 1986 u. 1987; Wiesendanger 1994). Daraus folgt, dass ein naturwissenschaftlich akzeptabler Beweis für eine quantifizierbare Heilkraft der Bach-Blütentherapeutika aussteht.

Dieser Argumentation folgt auch eine Mitteilung der Arzneimittelkommission der Deutschen Apotheker vom Juni 1989, derzufolge »ein Wirksamkeitsnachweis, der auch nur annähernd wissenschaftlichen Kriterien entspricht, für diese Außenseitermethode« nicht vorliegt (Arzneimittelkommission 1989). Die Überwachungsbehörden stuften die Bach-Blütenessenzen, »deren subtile Energien harmonisierend auf das menschliche Energiefeld wirken können«, im Sinne des Arzneimittelgesetzes als in Deutschland nicht zugelassene Medikamente ein. Diese Maßnahme wurde erforderlich, da die Blütenessenzen als Allheilmittel vertrieben wurden. Um zu vermeiden, dass Krankheiten verschleppt und wirksame Behandlungsmaßnahmen versäumt werden, ließ man – vor Einführung des europäischen Binnenmarktes – lediglich einen Kleinimport auf ärztliche Verordnung gemäß des Verbringungsverbots § 73 Arzneimittelgesetz zu. Nunmehr können die Blütenessenzen, da sie im Herkunftsland in Verkehr gebracht werden dürfen, auch ohne ärztliche Verschreibung durch »Apotheken in geringen Mengen und auf besondere Bestellung einzelner Personen« im Rahmen des üblichen Apothekenbetriebs bezogen werden.

Für klassische Bach-Therapeuten stellt die Bach-Blütentherapie ein »in sich geschlossenes System« dar, welches seinen Effekt in über 60 Jahren unter Beweis gestellt hat (Scheffer 1999). Das Gutachten von Windeler (1997) stellt hingegen fest, dass die Wirksamkeit nur durch »vereinzelte, zudem sehr oberflächliche Fallbeschreibungen [denen] keine empirischen Daten zu entnehmen« sind, belegt ist und beim derzeitigen Informationsstand kaum abgeschätzt werden kann. In der Literatur lassen sich bisher nur drei randomisierte Studien recherchieren (Weisglas 1979, Brockschmidt 1989, Ruhle 1995), von denen eine »ordentlich geplant« (Windeler 1997) wurde: An 205 Gebärenden konnte die Wirkung von Bach-Blütentropfen und Placebo hinsichtlich Angst, Schmerzen, Krämpfe und Öffnung des Muttermundes während der Geburtsphase nicht unterschieden werden (Brockschmidt 1989). Damit kann diese Studie als »valider Hinweis auf einen ›Nulleffekt‹ angesehen« werden (Windeler 1997). Scheffer versuchte 1992 eine »Dokumentationsbasis für Erfahrungen mit der Bach-Blütentherapie in verschiedenen medizinischen Fachgebieten« zu schaffen. 1999 erschien die sechste Auflage ihres Lehrbuchs, indem sich jedoch kaum neues medizinisches Beweismaterial findet. Entsprechend erscheint es ihr sinnvoll, das Thema Bach-Blütentherapie dem Bereich der Psychosomatik zuzuordnen. Auch andere Befürworter halten es für möglich, dass man in einer »normalen« kassenärztlichen Praxis im »Rahmen der kleinen Psychotherapie« die »Lücke in der psychosomatischen Grundversorgung« überzeugend schließen kann (Gerhard 1999).

Allein unter dem Motto »Wer heilt hat Recht« wird die Bach-Blütentherapie indes ihre komplementär-therapeutische Berechtigung nicht unter-

mauern und die geforderte Qualitätssicherung im Sinne des § 135a Sozialgesetzbuch V nicht erbringen können.

BACH-BLÜTEN UND NEW-AGE

Viele Vertreter der modernen Psychoszene verheißen Gesundheit, wenn der Patient nur gewillt ist, seine innere Einstellung zu ändern. Krankheit ist für die meisten Esoteriker nichts, was man fürchten muss; sie gilt vielmehr als Motor für Veränderungen. Der »esoterische Arzt« und Bach-Therapeut Blome (1997) postuliert in seinem Ratgeber, dass der Kampf aller gegen alle ein Grundprinzip der lebendigen Natur sei. Es geht um begrenzten Lebensraum, Überleben oder Untergang. Wenn sich der Mensch diesem Konkurrenz- und Überlebenskampf nicht stellt, entsteht Krankheit. Gegen ungenügende Konkurrenzfähigkeit stellt die Blüten-Therapie viele Mittel unter dem Postulat: Ein gesunder Mensch wird nicht krank! Nicht nur Blomes Argumentation sondern die Bach-Blütentherapie insgesamt unterstreicht damit die zentrale Bedeutung des Konzepts der Selbstverschuldung (Coward 1995). In alternativmedizinischen Ratgebern fehlt es kaum an Hinweisen darauf, dass bestimmte Menschen durch ihre Persönlichkeit geradezu prädestiniert sind, an Krebs zu erkranken. In Anlehnung an die Formulierung eines anthroposophischen Arztes und Suchtspezialisten unterstreicht Scheffer in ihrem Lehrbuch, dass auch Sucht die fehlgeleitete Suche des Menschen (aus Schwäche, Veranlagung und Enttäuschung auf der materiellen Ebene) nach Selbstentfaltung und Vervollkommnung sei. Seriöse Psychologen hingegen halten Seelenzustände zu bewerten und Gefühle nach moralischen Kategorien in gut und böse einzuteilen für bedenklich (Goldner 1995). Im schlimmsten Fall wird aus dem Opfer ein Täter: In einem Bach-Blütentherapiebuch wird der Einsatz der Blüten-Essenzen bei Alkoholikern, nach Vergewaltigungen und Misshandlungen mit der Begründung empfohlen: »Derartige Ereignisse können durch unbewusste Programmierungen aus der astralen Ebene herangezogen werden« (zit. n. Die andere Medizin 1996).

Nach Pestalozzi sollten sowohl mündige Patienten als auch kritische Esoteriker die Warnung vor der »sanften Verblödung« durch falsche Heilslehren und ihre Überbringer ernst nehmen. Er fordert, nicht auf »den Experten, den Guru, den Erlöser, den Führer« einer Heilslehre zu warten, sondern sein Leben autonom und selbstbestimmt zu gestalten (Pestalozzi 1985). Ditfurth wird in ihrer Mahnung noch deutlicher, in dem sie konstatiert: »Millionen von Menschen sind in Deutschland auf dem esoterischen Trip ... die esoterische Verdummung eines großen Teils der bundesdeutschen Bevölkerung wird nicht ernst genommen« (Ditfurth 1996).

Die Diskussion um Echtheit, Wirksamkeit oder komplementären Einsatz der Bach-Blütenessenzen in der Medizin lenkt zunehmend von Bachs eigentlicher Intention, nämlich seinem Bemühen um eine ganzheitliche Therapie, die der Selbstfindung und -verwirklichung des Patienten dienen soll, ab. Die Blüten-Essenzen sollen eine Einstimmung in unser höheres Selbst gewähren und zu universellen Werten wie Friede, Freude und innerer Harmonie führen.

Die Forschungsrichtungen der Psycho-Neuro-Immunologie und Psycho-Neuro-Endokrinologie geben Bach in gewisser Weise recht, wenn sie nachweisen, dass Stimmungen und Gefühle über Neurotransmitter, Hormone und Zytokine auf das Immunsystem einwirken können; sogar ein Einfluss der Psyche auf die Reagibilität des Abwehrsystems durch konditionierte Reize und Visualisierungen wird erwogen. Neuere Untersuchungen belegen, dass Patienten mit einem erhöhten Ausmaß an »fighting spirit« eine bis zu 26 Prozent erhöhte Überlebenschance gegenüber Patienten, die kaum psychische Bewältigungsstrategien einsetzen aufweisen. Äußere und innere Faktoren, auch der persönliche Lebensstil können Krankheitsverläufe bestimmen. Demnach ist jeder Mensch in der Lage, sein Wohlbefinden zu beeinflussen, indem er Gefühle wahr- und ernst nimmt, auf die eigenen Bedürfnisse achtet und Überlastungen durch Sport, Yoga, Musik, Lesen und Gespräche abbaut. Letztlich soll jeder Mensch verantwortungsbewusst mit seiner Gesundheit umgehen, und braucht dazu wohl nicht die subtilen Heilkräfte der 38 »stock-bottles« und das Rescue-Konzentrat der »Doktor-Bach-Blütenessenzen Handelsgesellschaft« erwerben.

Unterstützungswürdig und wirklichkeitsnah präsentiert sich das im Jahre 1978 begründete 1986 in Ottawa erneuerte WHO-Konzept der primären Gesundheitsversorgung, das als integraler Bestandteil des Gesundheitswesens in jedem Land der Welt institutionalisiert werden soll (WHO 1986). Es beinhaltet unter anderem Voraussetzungen für ein gesundes Leben wie sauberes Wasser, Hygiene, ausreichend Wohnungen und Nahrungsmittel. Gleichzeitig propagiert man eine soziale Hygiene, bei der die Selbstbehandlung, Selbstmedikation, Familienhilfe, Nachbarschaftshilfe und Selbsthilfegruppen eine besondere Bedeutung erlangen. Dass die WHO dabei nicht an »Besondere Therapieeinrichtungen«, eine »Andere Medizin« oder gar an »esoterische Medizin« dachte, muss sicherlich nicht hervorgehoben werden.

1: Agrimony	<i>Agrimonia eupatoria</i>	Odermennig
2: Aspen	<i>Populus tremula</i>	Espe oder Zitterpappel
3: Beech	<i>Fagus sylvatica</i>	Rotbuche
4: Centaury	<i>Centaureum umbellatum</i>	Tausendgüldenkraut
5: Cerato	<i>Ceratostigma willmottiana</i>	Bleiwurz oder Hornkraut
6: Cherry plum	<i>Prunus cerasifera</i>	Kirsch-Pflaume
7: Chestnut bud	<i>Aesculus hippocastanum</i>	Knospe der Rosskastanie
8: Chicory	<i>Cichorium intybus</i>	Wegwarte
9: Clematis	<i>Clematis vitalba</i>	Weißer Waldrebe
10: Crab apple	<i>Malus pumila</i>	Holzapfel
11: Elm	<i>Ulmus procera</i>	Ulme
12: Gentian	<i>Gentiana amarella</i>	Herbstenzian
13: Gorse	<i>Ulex europaeus</i>	Stechginster
14: Heather	<i>Calluna vulgaris</i>	Schottisches Heidekraut
15: Holly	<i>Ilex aquifolium</i>	Stechpalme
16: Honeysuckle	<i>Lonicera caprifolium</i>	Geißblatt, Jelängerjelierer
17: Hornbeam	<i>Carpinus betulus</i>	Weißbuche oder Hainbuche
18: Impatiens	<i>Impatiens glandulifera</i>	Drüsentragendes Springkraut
19: Larch	<i>Larix decidua</i>	Lärche
20: Mimulus	<i>Mimulus guttatus</i>	Gefleckte Gauklerblume
21: Mustard	<i>Sinapis arvensis</i>	Wilder Senf
22: Oak	<i>Quercus robur</i>	Eiche
23: Olive	<i>Olea europaea</i>	Olive
24: Pine	<i>Pinus sylvestris</i>	Schottische Kiefer
25: Red chestnut	<i>Aesculus carnea</i>	Rote Kastanie
26: Rock Rose	<i>Helianthemum nummularium</i>	Gelbes Sonnenröschen
27: Rock water		Heilkräftiges Quellwasser
28: Scleranthus	<i>Scleranthus annuus</i>	Einjähriger Knäuel
29: Star of Bethlehem	<i>Ornithogalum umbellatum</i>	Doldiger Milchstern
30: Sweet chestnut	<i>Castanea sativa</i>	Esskastanie oder Edelkastanie

FORTSETZUNG NÄCHSTE SEITE

TABELLE 25 ■ FORTSETZUNG

31: Vervain	<i>Verbena officinalis</i>	Eisenkraut
32: Vine	<i>Vitis vinifera</i>	Weinrebe
33: Walnut	<i>Juglans regia</i>	Walnuss
34: Water violet	<i>Hottonia palustris</i>	Sumpfwasserfeder
35: White chestnut	<i>Aesculus hippocastanum</i>	Weißer oder Rosskastanie
36: Wild oat	<i>Bromus ramosus</i>	Waldtresse
37: Wild rose	<i>Rosa canina</i>	Heckenrose
38: Willow	<i>Salix vitellina</i>	Gelbe Weide
39: Rescue		Star of Bethlehem Rock Rose, Impatiens Cherry plum, Clematis