

Les 38 fleurs de Bach

		Quand on ressent ...	Pour développer...
Agrimony	(Aigremoine)	Masque, Torture intérieure, Clown triste	Authenticité, Joie Intérieure
Aspen	(Tremble)	Angoisse, Peur sans raison connue, Tremblement	Sentiment de sécurité, Sensation de protection
Beech	(Hêtre)	Critique, Intolérance, Jugement	Tolérance, Indulgence, Voir le bon chez l'autre
Centaury	(Centaurée)	Soumission, Servitude, Passivité, Difficultés à dire non	Affirmation de soi, Capacité à poser des limites
Cerato	(Plumbago)	Incertitude, Hésitation, Manque de confiance	Confiance en son Intuition
Cherry Plum	(Prunus)	Peur de craquer, Perte de contrôle	Maîtrise émotionnelle, capacité à rester calme, Lucidité
Chestnut Bud	(Bourgeon de Marronnier)	Répétition, Distraction, Immaturité	Apprentissage, Assimilation, Intégration
Chicory	(Chicorée)	Dépendance affective, Possessivité, Égoïsme, Amertume	Autonomie, Amour Inconditionnel Altruisme, Compassion
Clematis	(Clematite)	Déconnexion, Rêverie, Somnolence	Ancrage, Créativité, Concentration
Crab Apple	(Pommier sauvage)	Dégout, Désespoir, Honte	Acceptation de soi, Voir la globalité
Elm	(Orme)	Découragement, Écrasement, Fatigue	Retrouver le sens des priorités, Efficacité, Discernement
Gentian	(Gentiane)	Découragement, Doute, Scepticisme	Persévérance, Ténacité, Détermination
Gorse	(Ajonc)	Découragement, Désespoir, Pessimisme	Espoir, Capacité à sentir la vie en soi
Heather	(Bruyère)	Égoïsme, Égoïsme, Invasion	Altruisme, Écoute

Holly	(Houx)	Colère, Envie, Jalousie, Haine	Amour désintéressé, Ouverture du cœur
Honeysuckle	(Chèvrefeuille)	Fixation sur le passé, Nostalgie, Regrets	Détachement, vivre dans le présent
Hornbeam	(Charme)	Fatigue, Lassitude, Léthargie	Elan vital, motivation
Impatiens	(Impatience)	Impatience, Irritabilité	Tolérance pour le rythme plus lent des autres
Larch	(Mélèze)	Sentiment d'infériorité, Manque de confiance en soi	Estime de soi, Valoriser nos expériences
Mimulus	(Mimule)	Peur connue, Anxiété, Nervosité	Courage, Confiance en soi, Assurance
Mustard	(Moutarde)	Mélancolie, Tristesse, Dépression	Prise de conscience, joie de vivre
Oak	(Chêne)	Entêtement, Fatigue, Lutte	Lâcher-Preise, Souplesse
Olive	(Olivier)	Épuisement, Fatigue	Régénération, Vitalité
Pine	(Pin Sylvestre)	Culpabilité, Dévalorisation, Remords	Acceptation de soi, Libération de l'énergie bloquée
Red Chestnut	(Marronnier Rouge)	Inquiétude, préoccupation pour autrui	Bienveillance, Faire confiance
Rock Water	(Eau de Roche)	Orgueil, Perfectionnisme, Rigidité	Souplesse, Capacité à suivre son but, Amusement
Rock Rose	(Helianthème)	Panique, Terreur, Peur extrême	Courage, Dépassement de soi, Attitude héroïque
Scleranthus	(Alène)	Doute, Entre deux, Instabilité, Déséquilibre	Positionnement, Détermination, Capacité à voir les choses dans leur globalité, Stabilité
Star of Bethlehem	(Etoile de Bethléem)	Blessure, Choc, Traumatisme	Cicatrisation, Consolation, Guérison

Sweet Chestnut	(Châtaignier)	Angoisse mentale, Désespoir, Prostration	Foi, Renaissance, Élévation de conscience
Vervain	(Vervaine)	Exaltation, Fanatisme	Force de conviction, Modération
Vine	(Vigne)	Autoritarisme, Dureté, Tyrannie	Autorité naturelle, Concertation, Générosité
Walnut	(Noyer)	Influçabilité, Vulnérabilité, Changement	Adaptation, Recentrage, Protection
Water Violet	(Violette d'eau)	Isolement, Orgueil, Indépendance, Fierté	Sagesse, Capacité à être dans le lien, Humilité, Empathie, Simplicité
White Chestnut	(Marronnier Blanc)	Rumination mentale, Inattention, Obsession	Tranquillité d'esprit, Apaisement du mental
Wild oat	(Fol Avoine)	Désorientation, Doute, Éparpillement	Curiosité, Boussole, Suivre la voie de son âme
Wild Rose	(Eglantier)	Apathie, Fatalisme, Résignation	Mouvement, Créateur de sa vie
Willow	(Sauge)	Rancune, Sentiment d'injustice	L'action qui remplace la lamentation
Rescue	(Urgence)	Choc, Mauvaise nouvelle, Crise	Retour au calme