

## *Lien entre les Fleurs de Bach et les Emotions de la Vie*

	Fleur de Bach		famille de l'émotion 'aidée'	coté bas de l'émotion	coté haut de l'émotion
1	Agrimony	Agrimoine	V.	cache ses soucis derrière un masque jovial	vrai optimiste, accepte ses qualités et ses défauts
2	Aspen	Tremble	I.	craintes vagues et imprécises, appréhension, présentiment	Confiance, sentiment de sécurité, prêt à aller de l'avant
3	Beech	Hêtre	VII.	Critique, intolérance, cynisme, arrogance, juge les autres	Indulgence, compréhension, tolérance
4	Centaury	Centorée	V.	Ne sait pas dire non car veut toujours plaire	Défend et exprime ses propres volontés, donne mais avec discernement
5	Cerato	Plumbago	II.	Doute de son propre jugement, recherche le conseil d'autrui avant d'agir	fait confiance et écoute sa propre intuition
6	Cherry Plum	Prunier Myobolan	I.	Perte du contrôle émotionnel, peur de perdre son sang froid, violentes colères	Lucidité, maîtrise de soi, apaisement et sang-froid
7	Chestnut Bud	Bourgeon de Marronnier	III.	répétition des mêmes erreurs, difficulté à apprendre	sagesse grâce à la compréhension et l'intégration des expériences vécues
8	Chicory	Chicorée	VII.	Amour possessif, donne dans l'attente de recevoir, exige des autres	Don de soi, dévouement, chaleureux, aimable
9	Clématis	Clématite	III.	Rêverie, inattention, indifférence, désir d'évasion de la réalité	a les pieds sur terre, est réaliste, vit le moment présent, exprime ses talents
10	Crab Apple	Pommier Sauvage	VI.	Mauvaise image de soi, maniaquerie, attaché aux détails	acceptation de soi et de son corps, tolérance
11	Elm	Orme	VI.	Se sent submergé par les responsabilités, pense ne pas être à la hauteur	assurance, efficacité, sens des responsabilités, sûr de soi
12	Gentian	Gentiane	II.	Doute, abattement, se sent facilement déprimé et découragé	Optimisme, confiance, persévérance
13	Gorse	Ajonc	II.	Désespoire, pessimisme, n'y croit plus	Grande conviction, espoir, foi, certitude
14	Heather	Bruyère	IV.	Bavard volubile, centré sur soi, déteste être seul	Altruisme, modération, écoute de l'autre
15	Holly	Houx	V.	Haine, envie, jalousie, suspicion, colère, conflit, révolte	Générosité, compréhension, tolérance, pardon, joie de vivre
16	Honeysuckle	Chèvrefeuille	III.	Parle du passé, nostalgie, a le mal du pays, exprime souvent des regrets	Vit dans le présent, progresse dans la vie sans regret
17	Hornbeam	Chame	II.	Lassitude, manque d'entrain, difficulté à démarrer	fleur "tarter", redémarre, retrouve son entrain et sa capacité à faire face
18	Impatiens	Impatiente	IV.	Impatient, irritable, tendu, agit dans la précipitation	Détendu, tolérant et doux avec les autres
19	Larch	Mélèze	VI.	Manque de confiance en soi, résigné à l'échec, sentiment d'infériorité	Persévérance, détermination, confiance en ses compétences
20	Mimulus	Mimule	I.	Timidité, gêne, peur de choses définies : le noir, les autres, la mort, un examen, ....	Affronte avec assurance et humour les difficultés, courage
21	Mustard	Moutarde	III.	Peine et idées noires sans raison apparentes	Sérénité, humeur égale, stabilité, joie retrouvée, paix intérieure
22	Oak	Chêne	VI.	Bourreau de travail, lutte malgré tout, grand sens du devoir	courage, patience, prend du temps pour soi
23	Olive	Olivier	III.	Epuisement total, quand tout est vécu comme un effort	Tranquillité d'esprit, énergie retrouvée
24	Pine	Pin Sylvestre	VI.	Culpabilité, remords, se sent responsable de tout	Equilibre, joie de vivre, jugement clair, s'accepte et se respecte
25	Red Chestnut	Marronnier rouge	I.	Craintes exagérées pour les autres, en particulier pour ses proches	A confiance dans l'expérience d'autrui. Soucis des autres sans exagération
26	Rock Rose	Hélianthème	I.	Terreur, peur extrême, panique, cauchemars	Grand courage, dépassement de soi, volonté
27	Rock Water	Eau de Roche	VII.	Dur et intransigeant envers soi, réprimé, refoulé, rigidité	Flexibilité d'esprit, joie de vivre
28	Scleranthus	Alène	II.	Incertitudes, indécisions, hésitations, humeur changeante	Détermination, capacité à choisir et agir vite
29	Star of Bethlehem	Etoile de Bethléem	VI.	Chocs et accidents, mauvaise nouvelle soudaine, chagrin, deuil, tristesse	Libère le corps et l'esprit des tensions, tristesses, chocs et traumatismes
30	Sweet Chestnut	Chataignier	VI.	Sentiment d'abandon, pense avoir atteint ses limites, détresse intérieure	repères retrouvés, accepte l'épreuve et en ressort grandi
31	Vervain	Verveine	VII.	Sur-enthousiasme, révolte contre les injustices, nervosité	Modération, ouverture d'esprit, capable de se détendre, être plutôt que faire
32	Vine	Vigne	VII.	Autoritaire, intransigeant, ambitieux, dominateur, inflexible	respect d'autrui, autorité sage et compréhensive
33	Walnut	Noyer	V.	Difficulté à vivre le changement, hypersensibilité	Faculté d'adaptation, constance, protection
34	Water violet	Violette d'eau	IV.	Fier, réservé, posé et calme, solitaire, parfois distant	ouverture aux autres, spontanéité, assurance
35	White Chestnut	Marronnier Blanc	III.	Ruminations mentales, conflits intériorisés, préoccupations	Plus concentré, orientation constructive des pensées, vit dans le présent
36	Wild Oat	Folle Avoine	II.	Incertitude quant au chemin à prendre, mal à l'aise dans son milieu	Ambition certaine, affirmation de sa raison d'être, talent
37	Wild Rose	Eglantine	III.	Résignation, fatalisme, apathie, passivité	Entrain, dynamisme et enthousiasme
38	Willow	Saule	VI.	Amertume, sentiment d'injustice, ressentiment, apitoiement sur soi	Grand optimisme, moins d'amertume, exprime sa joie de vivre
39	Rescue	Remède d'urgence		petits et grands stress, émotions fortes	réconforte et rassure

I. Peurs, insécurité - II. Doutes, incertitudes - III. Manque d'intérêt pour le présent - IV. Solitude - V. Hypersensibilité - VI. Découragement, désespoir - VII. Préoccupation excessive d'autrui