

Flleurs de Bach: Bien avec soi-même, bien avec les autres

FAMILLE	NOM DE LA FLEUR	DIFFICULTE RESSENTIE	QUALITE POSITIVE
PEURS	ASPEN (Tremble)	Peur vague, indéterminées, pressentiment	Sérénité face à l'inconnu, sécurité intérieure
	CHERRY PLUM (Prunier Myrobolan)	Peur de perdre la raison, de nuire à soi-même ou aux autres	Sang froid, maîtrise de soi
	MIMULUS (Mimule)	Peur connue et définie, timidité, nervosité	Courage, retour de la confiance, savoir faire face à ses peurs
	RED CHESTNUT (Marronnier Rouge)	Se tourmente, se tracasse pour la santé et la vie de ses proches	Confiance dans les ressources des autres
	ROCK ROSE	Terreur, peur paralysante	Capacité à sortir de l'immobilisme
INCERTITUDE	CERATO (Plumbago)	Doute de son intuition, cherche l'avis des autres	Confiance en sa capacité de jugement
	GENTIAN (Gentiane)	Découragement facile, le moindre obstacle sème le doute	Persévérance, détermination
	GORSE (AJONC)	Ne crois plus en rien, abandonne	Espoir, optimisme
	HORN BEAM (Charme)	Difficultés à démarrer, reporte ce qu'il doit faire dans sa vie quotidienne	Fleur du starter, redonne l'enthousiasme, la motivation
	SCLERANTHUS (Alène)	Indécision face à un choix, dualité intérieure	Faculté de choisir
MANQUE D'INTERET POUR LE PRESENT	WILD OAT (Folle Avoine)	Ne sait pas quelle vocation choisir	Aide à trouver sa voie, clarifie le sens de sa vie
	CHESTNUT BUD (Bg de Marronnier)	Refait la même erreur en différentes occasions, n'apprend pas de ses expériences	Intègre les expériences, sagesse
	CLEMATIS (Clématite)	Rêverie, étourderie, absence	Ancrage, concentration, dans le réel
	HONEYSUCKLE (Chèvrefeuille)	vie dans le passé, les regrets, la nostalgie	Intègre le passé et vit le présent
	MUSTARD (Moutarde)	Mélancolie, tristesse sans savoir pourquoi	Comprendre cette tristesse, retrouver sa joie de vivre
	OLIVE (Olive)	Épuisement, manque d'énergie physique et mentale	Vitalité, reprise d'énergie
	WHITE CHESTNUT (Marronnier blanc)	Rumination mentale	Clarté d'esprit
WILD ROSE (Eglantine)	Apathie, résignation	Joie de vivre et envie qui reviennent	
SOLITUDE	HEATHER (Bruyère)	centré sur lui, est le centre du monde et de la discussion	Ecoute des autres
	IMPATIENS (Impatience)	S'impatiente face au rythme des autres	Compréhensif face au rythme des autres
	WATER VIOLET (Violette d'eau)	Aime la solitude	S'ouvrir aux autres, spontanéité
SENSIBILITE	AGRIMONY (Aigremoine)	Apparence joyeuse, cache ses difficultés	Oser être soi, accepter les difficultés
	CENTAURY (Centaurée)	Se sacrifie, ne sait pas dire non	Ecoute ses besoins, pose ses limites
	HOLLY (Houx)	Haine, jalousie, susceptibilité	Ouverture du cœur, confiance
	WALNUT (Noyer)	Difficulté face aux changements, trop d'empathie	Aborder sereinement les changements, faculté d'adaptation
DECOURAGEMENT	CRAB APPLE (Pommier sauvage)	Sentiment d'impureté intérieur et extérieur	Meilleure image de soi
	ELM (Orme)	Dépasser par les tâches à accomplir	Remet les priorités dans l'ordre, retrouve confiance
	LARCH (Mélèze)	Doute de ses capacités, dévalorisation	Reprend confiance en ses capacités
	OAK (Chêne)	Courageux, va au bout des ses forces même lorsqu'il est découragé	Apprend à déléguer, lâche prise
	PINE (Pin sylvestre)	Auto-condamnation, se culpabilise	Se pardonne ses erreurs
	STAR OF BETHLEHEM (Etoile de Bethlehém)	peiné suite à un choc, un deuil	Consolation, apaisement
	SWEET CHESTNUT (Châtaignier)	Impression d'être dans une impasse	Retrouve un nouvel élan
WILLOW (Saule)	Se lamente, trouve la vie injuste	Voit ce qui va bien dans sa vie	
PREOCCUPATION EXCESSIVE POUR LES AUTRES	BEECH (Hêtre)	Critique à l'égard des autres	Tolérance, remise en question
	CHICORY (Chicorée)	Possessivité	Aimer sans attendre en retour
	VERVAIN (Vervaine)	souhaite convertir les autres à tout prix	Respecte l'opinion des autres
	VINE (Vigne Vierge)	Autoritaire, dominateur, s'impose aux autres	Capacité de leadership en valorisant les autres
	ROCK WATER (Eau de roche)	Rigidité pour soi même, met la barre haute	Souplesse intérieure



Vanessa Wenger - Conseillère en Fleurs de Bach
 33 boulevard du Massacre 44800
 Saint Herblain
 Tel: 07 69 80 19 28
www.vanessanaturro.fr
contact@vanessanaturro.fr

