



LES FLEURS DE BACH

Isabelle FELISAZ – Naturopathe
10 octobre 2018 – Montigny le Bretonneux

Qui suis-je ?

- Le monde de l'entreprise
- Ma reconversion : pourquoi, comment ?
- Mon cabinet



Programme de la conférence

- Qui était le Dr Bach?
- Les 38 fleurs en 7 familles
- Fabrication des fleurs de Bach
- Quelques fleurs et le Rescue
- Mode d'utilisation des élixirs
- Rôles d'un conseiller
- Une histoire de fleurs en fleurs
- Questions et réponses

Qui était le Dr Bach ? Quelques citations

- « Simplicité, humilité, compassion »
- « La maladie s'installe lorsqu'il y a conflit non résolu. L'esprit est maladie avant le corps »
- « Tant que notre âme et notre personnalité sont en harmonie, tout est joie et paix, bonheur et santé ! »
- « La principale raison de l'échec de la science médicale moderne, c'est qu'elle ne voit que les résultats et non les causes »
- « Je souhaite que cela soit aussi simple que cela : j'ai faim et je vais chercher une salade dans le jardin. J'ai peur et je suis malade, je prends un peu de mimulus. »

Histoire du Dr Bach



Historique du Dr Bach (1886-1936)



Docteur Edward Bach

- Médecin anglais pathologiste, bactériologiste, homéopathe
- Amoureux de la Nature
- Compassion envers les hommes, les animaux, les plantes
- Les nosodes
- La découverte de la méthode de guérison

Historique du Dr Bach



- Nora Weeks

Radiologue puis kinésithérapeute, elle devient son assistante et le suit à Londres en 1930. Elle restera auprès de lui jusqu'à sa mort à Mount Vernon.

Elle écrit « les découvertes médicales d'Edward Bach, médecin » et c'est grâce à elle que la méthode des fleurs sera connue du grand public.

Historique du Dr Bach



- Victor Bullen

Il devint un des plus proches collaborateurs de Bach. Ils se rencontrèrent à la station balnéaire de Cromer où Nora Weeks et Bach passaient régulièrement une partie de l'hiver.

Les 38 fleurs en 7 familles

7 familles de fleurs :

- La peur
- La solitude
- L'absence d'intérêt pour le présent
- Le découragement ou le désespoir
- L'incertitude
- L'hypersensibilité aux influences et aux autres
- La préoccupation excessive du Bien Etre des autres

A quoi servent les fleurs de Bach?

- Efficaces pour harmoniser:
 - Les situations d'urgences
 - Les émotions passagères
 - Les émotions enracinées
 - Les traits de personnalité
 - L'épanouissement personnel
- Ce sont les fleurs d'humeur.

- Un travail sur soi, pour mieux de connaître et se découvrir, de l'oignon à la poupée russe!
 - Sa personnalité
 - Ses traits de caractères
 - Sur du long terme
 - Description d'une personne
- La fleur de type indique comment on réagit lorsqu'on est en déséquilibre.

Le principe fondamental des fleurs de Bach?

- Ne luttez pas contre vos défauts mais développez la vertu opposée.

Les 38 fleurs par famille (1/4)

- Famille de la peur
 - Aspen (tremble)
 - Cherry plum (prunus)
 - Mimulus (mimule)
 - Red chesnut (marronnier rouge)
 - Roch rose (hélianthème)
- Famille de la solitude
 - Heather (bruyère)
 - Impatiens (impatience)
 - Water violet (violette d'eau)

Les 38 fleurs par famille (2/4)

- Famille de l'absence d'intérêt pour le présent
 - Chesnut bud (bourgeon de marronnier)
 - Clematis (clématite)
 - Honeysuckle (chèvrefeuille)
 - Mustard (moutarde)
 - Olive (olivier)
 - White chesnut (marronnier blanc)
 - Wild rose (églantine)
- Famille du découragement ou désespoir
 - Crab apple (pommier sauvage)
 - Elm (orme)
 - Larch (mélèze)
 - Oak (chêne)
 - Pine (pin sylvestre)
 - Star of bethléem (star de B, ornithogale, dame de 11 heure)
 - Sweet chesnut (chataignier)
 - Willow (saule)

Les 38 fleurs par famille (3/4)

- Famille de l'incertitude
 - Cerato (plombago)
 - Hornbeam (charme)
 - Scleranthus (alène)
 - Wild oat (folle avoine)
- Famille de l'hypersensibilité aux influences et aux autres
 - Agrimony (aigremoine)
 - Centaury (centaurée)
 - Holly (houx)
 - Walnut (noyer)

Les 38 fleurs par famille (4/4)

- Famille de la préoccupation excessive du bien-être aux autres
 - Beech (hêtre)
 - Chicory (chicorée)
 - Rock water (eau de roche)
 - Vervain (verveine)
 - Vine (vigne)
- Les fleurs de bach permettent de développer la vertu positive d'une émotion.

Fabrication des fleurs



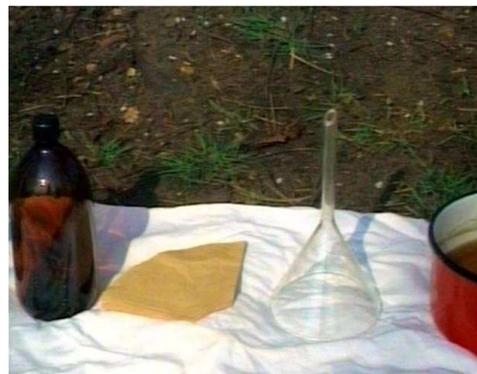
La solarisation ou infusion solaire

Pour les fleurs annuelles, fragiles : les fleurs sont cueillies le matin au lever du soleil, au moment où leur potentiel est à leur maximum. Elles sont placées dans une eau pure et libèrent leurs qualités sous l'action des rayons du soleil.



La décoction

Pour les végétaux issus de fleurs pérennes : buissons, arbuste, arbre ; 30 min dans de l'eau bouillante puis on laisse reposer 2h avant filtration.



Quelques fleurs pour gérer son stress

- Je travaille par devoir jusqu'à l'épuisement : je suis OAK
- Je n'arrive pas à démarrer le lundi matin : je suis HORNBEAM
- Je ne sais pas dire non et je suis débordée: je suis CENTAURY



Oak (chêne)



- Difficultés ressenties :
 - Incapacité de lâcher prise
 - La performance est une drogue
 - Sens du devoir+++
 - Obstination forcenée, ne renonce jamais
 - Veut accomplir des tâches toujours plus importantes quelqu'en soit le prix
- Qualités positives :
 - Souplesse et adaptation
 - Capacité à déléguer, à se distraire
 - Ouverture de son enfant intérieur
 - CESSER D'ETRE UN SUPERWOMAN

Hornbeam (Charme)



[Cette photo](#) par Auteur inconnu est soumis à la licence [CC BY-SA](#)

- Difficultés ressenties
 - Difficultés à commencer quelque chose
 - Manque de volonté dans l'action, cela lui demande trop d'effort
 - Fatigue du réveil (fatigue qui tire son origine de l'esprit et non du physique)
 - Refus de s'impliquer dans la vie
- Qualités positives
 - Motivation et facilité à accomplir ce qui doit être fait
 - Engagement délibéré dans l'action

Centaurry (petite centaurée)



[Cette photo](#) par Auteur inconnu est soumis à la licence [CC BY-NC-ND](#)

- Difficultés ressenties
 - Dévouement inlassable
 - Incapacité à s'imposer, manque d'assurance, d'affirmation de soi
 - Se fait exploiter car a bon cœur, incapable de refuser; influencable
 - Veut plaire
- Qualités positives
 - Affirmation de soi, autonomie
 - Délimitation de ses propres limites et capacité à les faire connaître aux autres.

Remède d'urgence : Rescue



- 5 fleurs :
 - Cherry plum
 - Clematis
 - Impatiens
 - Rock rose
 - Star of bethléem
- Remède d'urgence pour retrouver son calme en cas d'accident (chute) émotions fortes, stress (trac), annonce d'une nouvelle bonne ou mauvaise...

Composition du Rescue: Mimulus (Mimule)



- Difficultés ressenties
 - Peur précise
 - On n'en parle pas
 - Timidité
- Qualités positives
 - Courage
 - Nouvelle autonomie
 - Apaise les craintes de la vie quotidienne
 - Reprendre confiance en soi

Composition du Rescue : Impatiens (Impatience)



- Difficultés ressenties
 - Mué par tension nerveuse
 - Incompréhension de la lenteur des autres
 - Fini les phrases des autres
 - Colérique

- Qualités positives
 - Plus compréhensif et tolérant
 - Apprendre à se détendre

Composition du Rescue : Clematis (Clématite)



- Difficultés ressenties
 - Manque de concentration
 - Constante fuite en avant
 - Des idées sans aller au bout

- Qualités positives
 - Concrétisation
 - Retrouver de l'intérêt pur le présent
 - Assurance

Composition du Rescue : Cherry plum (prunus blanc)



- Difficultés ressenties
 - Perte de contrôle de ses actes et de soi-même
 - Peur de commettre des actes incontrôlés, destructeurs envers soi-même et les autres
- Qualités positives
 - Retrouver sa maîtrise
 - Clarté et force mentale

Composition du Rescue : Star of Bethlehem (dame de 11 heure)



- Difficultés ressenties
 - Choc affectif, physique
 - Deuil, traumatisme
 - Blocage émotionnel
- Qualités positives
 - Réconfort
 - Retrouver la sérénité

Composition du Rescue : Rock Rose (Hélianthème)



- Difficultés rencontrées
 - Panique intense
 - Terreur
 - Phobie

- Emotions positives
 - Courage
 - Dépassement de soi

Mode d'utilisation des élixirs

- En dilution (7 fleurs maximum)
 - Prendre un flacon compte goutte en verre fumé de 30 ml et verser 2 gouttes de chaque élixirs choisis. 4 à 6 fois par jour, verser 4 gouttes de ce mélange dans un fond de liquide.
 - 3 semaines, puis refaire un flacon le même ou modifié selon évolution des émotions ressenties.
 - Pour un travail en profondeur

- Pur
 - Pour une émotion récente, 2 gouttes d'un élixir directement dans la bouche, 2 à 4 fois par jour selon les ressentis et l'évolution des émotions

Mode d'utilisation des fleurs

- Les fleurs, pour qui ?
 - Pour toute personne consentante
 - Les enfants
 - Les femmes enceintes, allaitantes
 - Egalement les animaux, les plantes
- Sous quelle forme ?
 - Elixir (petit flacon) avec ou sans alcool
 - Granule
 - Pastille, spray... (Rescue)

Rôle du conseiller Fleurs de Bach

- Expliquer les principes des fleurs de Bach
- Ecouter la personne parler ; l'aider à exprimer ses émotions
- Lui proposer les fleurs adéquates
- Avoir son approbation sur le choix des fleurs
- Réaliser le flacon et le remettre au consultant
- Lui remettre un document rassemblant le nom des fleurs de son flacon
- Un 2e RDV pour le suivi et un nouveau flacon est fortement conseillé pour continuer le travail entamé

Une histoire de fleurs en fleurs



Questions & Réponses

Isabelle Felisaz

Naturopathe

Tel : 07 81 24 56 79

Email : isabelle.naturo@gmail.com

Site : www.lenergienaturo.fr

