



**SE SOIGNER**



**SOIGNER**

**avec**

**les**

**Fleurs de Bach**



**RESUME**

MISE EN GARDE

Ce résumé se réfère à divers documents et ne constitue pas une façon de traiter. Il est destiné à ceux qui ont déjà acquis une certaine pratique et qui ont juste besoin d'un "mémoire".

Charly

[www.charlybapst.ch](http://www.charlybapst.ch)

## **GROUPE 1 - POUR CEUX QUI ONT PEUR**

### **MUSCADE/MINULUS**

Pour ceux qui ont des peurs concrètes, qui sont effrayés par la douleur, les accidents, l'obscurité, la pauvreté, les endroits inconnus, les insectes, d'étouffer, du vide, les orages, l'avion, l'eau ... il s'agit toujours d'une peur connue.

Le type minus sursaute pour un rien, s'effraie, parle trop, ou rie nerveusement, transpire des mains, déteste les odeurs fortes, s'affole lorsqu'on le contredit, sensible au chaud et au froid, besoin de s'isoler pour récupérer, les gens l'épuise, en groupe il est timide et nerveux et lorsqu'il se met en colère il ne parvient pas à s'exprimer dans violence. Il endure sa phobie secrètement et en silence, n'en parle pas aux autres.

Les enfants ont peur de tout, s'agrippe à la main de leur maman dès qu'ils voient un inconnu, peur du médecin, d'une voix grave.

Symptômes: timidités, bégaiement, sudation excessive, vertiges, allergie, problèmes intestinaux et vésicaux, asthme, aménorrhée, angine, boulimie, anorexie, crampes, frigidité, stérilité.

### **TREMBLE/ASPEN**

Pour ceux qui sont en proie à des peurs vagues et inconnues et qui ne sont pas en mesure de l'expliquer.

Peur de l'inconnu, du noir, des portes fermées, des monstres, de la mort, des fantômes.

Sentiments d'appréhension, de pressentiments, sentiment que quelque chose va arriver.

Personnes sensibles vivant avec une perception plus élevée que la normale, (médioms).

Symptômes: nausées, sudation nocturne, tachycardie, problème d'estomac (nausées, digestion difficile, acidité crampes).

### **HELIANTHEME/ROCK ROSE**

Pour ceux qui se sentent menacés et sont en proie à la panique, à la terreur quand on a le malheur d'assister à un accident ou un événement soudain, à une pensée terrifiante avec sensation d'être impuissant. Remède de secours, alors même qu'il semble n'y avoir aucun espoir. L'adjonction avec d'autres remèdes peut être rendue nécessaire, par exemple: en cas d'évanouissement, qui est un état de profond sommeil, la clématis; s'il y a souffrance, agrimony, etc.

Un individu dans cet état perd complètement le sens de la réalité.

L'enfant est effrayé par un masque, la sorcière de Blanche-Neige, un barbu, un couloir sombre.

Symptômes: dépression nerveuse, difficulté à parler et à bouger, sueur froide, tachycardie.

## **MARRONNIER ROUGE/RED CHESTNUT**

Pour ceux qui ne peuvent s'empêcher de se tourmenter pour les autres parce qu'ils ont peur qu'il puisse leur arriver malheur. S'imaginent les pires choses.

Le type red chestnut à tendance à surprotéger ses enfants et ses proches, par contre ne se soucie pas de son propre bien-être.

L'enfant souffre d'une anxiété excessive, veut savoir sans cesse où est sa mère, se montre hyper protecteur envers ses frères.

Symptômes: anxiété, maux de tête, troubles nerveux, crampes à l'estomac, tabagisme, troubles respiro-cardiaques, vertiges.

## **PRUNUS/CHERRY PLUM**

Pour ceux qui sentent en eux une tension et ont peur de faire quelque chose de terrible. Peur de perdre le contrôle, la raison, de la démence, d'avoir des pulsions incontrôlables, de faire quelque chose d'irrationnel et d'avoir de soudaines pulsions suicidaires ou meurtrières. Pensées d'anéantissement et de destruction dirigées vers elle ou les autres. La personne peut craindre d'être seule mais aussi d'être en compagnie si elle devait perdre tout sens de la raison.

L'enfant a une attitude colérique, maniaque, crise dès que l'on lui enlève son vêtement préféré, sautille, bouge en permanence et peut donner un coup de poing à son meilleur ami pour une vétille.

Symptômes: calme apparent, agressivité, énurésie chez l'enfant car il se laisse aller la nuit alors qu'il se maîtrise le jour. Bégaiement, ennuis capillaires, allergies, acné, constipation.

## **GROUPE 2 - POUR CEUX QUI SOUFFRENT D'INCERTITUDES**

### **ALENE/SCLERANTHUS**

Pour ceux qui ne parviennent pas à choisir entre deux possibilités et qui se sentent donc pleins d'incertitudes.

Le type scleranthus n'a en général pas de convictions profondes, il oscille souvent entre la bonne humeur et la dépression et change d'avis très souvent. Il est indécis.

L'enfant manifeste aussi de l'indécision, alterne voracité et manque d'appétit, rires et pleurs. Il lui arrive de souffrir de manque d'équilibre. Le remède scléranthus est très efficace contre le mal de transport, le mal de mer et les douleurs aux oreilles.

Symptômes: migraine, mal des transports, instabilité nerveuse, refus de s'alimenter, états d'âmes et conditions physiques cycliques. Troubles du système immunitaire, vertiges, colon spasmodique, problèmes de transport.

## **PLUMBAGO/CERATO**

Pour ceux qui ne se fient pas à leur voix intérieure et qui demandent sans arrêt des conseils aux autres et suivent souvent de mauvais conseils, se fourvoient et deviennent confus.

Le type cerato attache trop d'importance à l'opinion des autres ou des intuitions dont il reconnaît la supériorité et l'autorité. Par exemple, régimes dans les journaux, les vertus de l'ail, les gourous et les sectes, etc.

L'enfant demande si cela est bien, à l'école il gomme, raie, gribouille son devoir, par crainte de s'être trompé. Ne lève pas le doigt en classe, car il pense que la réponse est fausse.

Symptômes: anxiété et stress.

## **GENTIANE/GENTIAN**

Pour ceux qui se découragent facilement, qui se sentent déprimés, qui doutent et manquent de courage.

Personne déçue, déprimée, sceptique et mélancolique, envahie par des pensées négatives. Souvent ne veut pas sortir de son pessimisme.

Le type gentian guette les personnes qui souffrent d'une longue maladie ou qui ont connu des rechutes, qui ont perdu leur partenaire, qui sont au chômage depuis longtemps, qui se séparent de leur compagnon, qui vivent dans une maison de repos loin de chez eux, qui ont échoué aux examens.

Chez l'enfant, il se manifeste lorsque les choses à l'école se passent mal. Lorsqu'un animal domestique est mort ou parce que son jouet préféré est cassé. Il est triste et malade et a tendance à être renfermé et taciturne, comme s'il ne souhaitait pas que son problème soit résolu d'une manière plus facile.

Symptômes: mauvaise humeur, dépression, pessimisme. Certains types d'allergies avec des quintes de toux, troubles gastro-intestinaux.

## **AJONC/GORSE**

Peur ceux qui sont désespérés et pensent ne plus pouvoir progresser, quoi qu'ils fassent. Ils ont perdu tout espoir de retrouver le bonheur ou d'une amélioration de leur état.

La plupart des personnes qui souffrent d'une maladie chronique ou même incurable risquent de tomber dans un état gorse. Après avoir subi de nombreux tests et constaté peu d'amélioration, ils pensent que cela ne vaut plus la peine d'essayer.

Utile pour certains enfants souffrant de maladies chroniques, handicapés ou ayant subi de graves opérations ou mutilations à la suite d'un accident.

Symptômes: pâleur, presque jaune, yeux cernés et éteints, tout en eux exprime qu'ils n'attendent plus rien de la vie. Indifférence, troubles chroniques.

## **CHARME/HORNBEAM**

Pour ceux qui se sentent moralement fatigués et pas assez forts pour supporter le poids de leur vie. Manque de force mentale pour affronter la journée, sentiment de faiblesse à la simple pensée de la journée à venir, un désir de remettre au lendemain parce que tout était autrefois un plaisir et est devenu une corvée.

Le type hornbeam ressent un profond ennui et le train-train quotidien devient un poids plus difficile à supporter chaque jour. Il s'agit d'une charge mentale plus que physique et qui peut s'exercer aussi sur un adolescent qui a beaucoup étudié pour un examen ou sur un convalescent, après une longue maladie et qui a du mal à réhabituer son rythme de vie et a peur de ne plus y arriver.

L'enfant semble avoir perdu toute vivacité, a mal à la tête lorsqu'il a trop joué sur l'ordinateur ou trop regardé la télé, lors d'un changement de saison déclenchent chez lui une fatigue.

Symptômes: difficulté à se lever le matin, brûlures ou tension des yeux, migraine, sensation de lourdeur et de manque de force, problèmes intestinaux ou rénaux, érythème, urticaire, sciatique.

## **FOLLE AVOINE / WILD OST**

Pour ceux qui voudraient faire quelque chose d'important dans la vie mais ne trouvent pas leur voie.

Le type wild ost est plein de talent, d'habileté et réussit sans se donner trop de mal. Il est vif, apprend vite et est doté d'une intelligence créatrice. Il est ambitieux, mais n'arrive pas à trouver sa voie. Instable, change souvent de travail par ennui et insatisfaction. A long terme, cette situation le rend malheureux, il est envahit de tristesse, il élabore de nouveaux projets à la recherche de cette satisfaction qui tarde à venir.

Symptômes : irritabilité, changement de situation professionnelle fréquente, instabilité émotionnelle, problème lié à l'alimentation (tendance à se nourrir trop abondamment avec avidité) et au sexe, dysfonctionnement de la thyroïde, maladie de peau (herpès) et trouble cardiaques.

## **GROUPE 3 - POUR CEUX QUI ONT PERDU L'INTERET POUR LE PRESENT**

### **CLEMATITE / CLEMATIS**

Pour ceux qui prêtent peu d'attention au monde environnant, pour les rêveurs, pour ceux qui s'intéressent peu à la vie et se projettent plus dans l'avenir que dans le présent.

Le type clématis est lent, distrait, rêveur et endormi, participe peu à la vie quotidienne, laisse beaucoup de place à l'imagination. A besoin de beaucoup de sommeil. Il manifeste une faiblesse diffuse, se cogne, tombe ou se coupe. Il fait souvent confusion, à tendance à des trous de mémoire et les femmes s'évanouissent facilement. Parfois on remarque une indifférence de fond qui leur permet d'accepter les bonnes et les mauvaises nouvelles avec la même sérénité. Il manque de concentration, est idéaliste, a trop d'imagination, est casse-cou par manque d'observation, caresse des idées de suicide ou est obsédé par la religion.

L'enfant clématis est très distrait, à toujours la tête dans les nuages et à l'école, a souvent des résultats médiocres. Il a une imagination très fertile et a tendance à s'isoler. Plutôt pale, il manque

d'appétit, n'apprécie pas les jeux physiques et aime rester à la maison. N'aime pas être dérangé pendant qu'il joue et n'aime pas les changements.

Symptômes : troubles de la mémoire et de l'équilibre, distraction, mains moites, hypothermie des extrémités, évanouissement. Parfois problème de surdité, souvent gêné par les bruits trop forts. Hypotension, sensation de vide dans la tête, anémie.

### **CHEVREFEUILLE / HONEYSUCKLE**

Pour ceux qui sont liés au passé et qui ont du mal à s'en détacher.

C'est la veuve qui ne se décide pas de se débarrasser des habits de son mari, la mère qui prévoit une place à table pour son fils disparu, la famille qui change de pays et qui ne réussit pas à s'adapter, la personne qui refuse de vieillir et s'habille comme si elle avait encore 20 ans. Les personnes âgées sont souvent dans cet état.

Une personne se trouvant dans cette situation a tendance à se référer en permanence au passé, dans ses pensées et dans ses conversations.

Le passé est idéalisé et on aimerait que tout redevienne comme avant. Honeysuckle est aussi la fleur de ceux qui ont laissé passer des occasions et qui le regrettent en permanence, de la jeune fille que son fiancé a quitté et qui rêve des situations idéales pour le rencontrer à nouveau.

L'enfant n'aime pas aller à l'école, a la nostalgie de sa maison lorsqu'il est en vacances, reste attaché à ses premiers jouets.

Symptômes : pleurs, somnolence, dépression, apathie, problème de vésicule biliaire, douleurs aux épaules, artériosclérose, cataractes, kystes, lombalgies, maux ou chute de dents.

### **EGLANTINE / WILD ROSE**

Pour ceux qui se sont résignés à ce que la vie leur offre et qui n'essaient pas de changer.

Le type wild rose capitule devant les obstacles et baisse les bras face aux événements. Il est résigné, a tendance à végéter, a perdu la joie de vivre et a du mal à trouver une motivation intérieure qui aide à surmonter les moments difficiles, a une attitude fataliste, se sent plein d'ennui, vide, indifférent et mélancolique.

Chez l'enfant, cet état survient après une maladie, il est fatigué, perd l'appétit, a un teint pâle.

Symptômes : tristesse, indifférence, abattement, anémie, boulimie, anorexie, problème de cheveux, de cœur et de gorge, des kystes, des prurits, de la toux.

### **OLIVIER / OLIVE**

Pour ceux qui ont beaucoup souffert moralement ou physiquement et qui se sentent complètement épuisés.

Lorsque l'on passe d'une situation de surmenage à une vie quotidienne, il arrive souvent que l'on tombe dans un état olive. L'on se sent fatigué, épuisé, sans volonté d'agir, incapable d'accomplir les petites tâches quotidiennes ou de faire un effort.

On les trouve chez les personnes après une longue maladie, la sienne ou celle d'un tiers, après des années de travail ininterrompu, après des périodes de graves soucis.

Symptômes : malheur, épuisement, manque de force, somnolence.

### **MARRONNIER BLANC / WHITE CHESTNUT**

Pour ceux qui ont dans la tête une idée dont ils ne réussissent pas à se libérer.

Une phrase dite par quelqu'un, des soucis permanents, des pensées obsédantes, des idées et préoccupations qui tournent en rond dans la tête, provoquant de l'insomnie, la personne qui en souffre ne peut se libérer de ce tourment mental.

Parfois, ce type de tension peut provoquer des grincements de dents et des contractions des mâchoires, du cou et des yeux. On a du mal à s'endormir le soir et l'on se réveille avec cette idée qui recommence à nous hanter dès que l'on a ouvert les yeux.

Symptômes : migraine, insomnie, bouffées de chaleur, tension.

### **MOUTARDE /MUSTARD**

Pour ceux qui connaissent des moments de mélancolie profonde ou même de grandes dépression.

L'état mustard survient à l'improviste sans que l'on puisse expliquer pourquoi, comme un voile assombrissant la lumière et la joie de vivre. Lorsque l'on est dans cet état, toutes les fonctions psychologiques et physiques semblent ralentir, s'estomper, dans une sorte d'indifférence endémique, insurmontable. Cet état disparaît tout aussi brutalement qu'il est apparu.

Chez l'enfant à qui il ne manque rien, l'état mustard se manifeste par des pleurs, et est inconsolable, sans pouvoir l'expliquer.

Symptômes : réflexes lents, oppression, difficultés à pleurer, envie de rien.

### **BOURGEONS DE MARRONNIER / CHESTNUT BUD**

Pour ceux qui ont tendance à toujours répéter les mêmes erreurs et à ne pas tirer de leçons de leurs expériences.

Le type chestnut bud est doté de beaucoup d'imagination, qu'il met au service d'une réalité qui lui est toute personnelle. Il a du mal à entrer en contact avec la réalité quotidienne, soit par manque d'intérêt, soit parce qu'il vit ce qui lui arrive d'une manière superficielle. Le sentiment d'impatience et de manque d'intérêts est provoqué par le fait qu'il est intellectuellement en avance par rapport aux autres.

L'enfant est souvent couvert de bleus, de coupures, de brûlures par manque d'attention. A l'école, il commet les mêmes erreurs et ne s'en rend pas compte.

Symptômes : maux de tête, gastrite, apathie, tendance à toujours souffrir des mêmes maladies.

## **GROUPE 4 - LA SOLITUDE**

### **VIOLETTES D'EAU / WATER VIOLET**

Pour ceux qui aiment la solitude, la tranquillité et l'indépendance, mais qui sont considérés comme orgueilleux.

Solitaire, ne s'impose pas aux autres et n'aime pas qu'on s'impose à lui. Discret sur sa vie privée, besoin d'intimité, serein et mesuré, il travaille calmement et efficacement mais peut paraître distant ou fière, créant une barrière entre les autres et lui. Par cette attitude, il peut se sentir solitaire et rejeté par les autres.

Le type water violet communique peu, est peu démonstratif (ne rigole jamais à gorge déployée, ne pleure jamais en public, parle à voix basse, devient très apprécié dès qu'il entre en communication avec les autres.

L'enfant a un comportement timide et détaché, n'aime pas sortir de chez lui, n'arrive pas à entretenir des relations d'égal à égal avec les autres enfants.

Symptômes : tension musculaire, rhumatisme, difficultés à se reposer, allergies, mal de dos et du cou, douleur d'estomac.

### **BRUYERE / HEATHER**

Pour ceux qui ne supportent pas d'être seuls et qui sont trop préoccupés par leurs problèmes.

Le type heather est le contraire de water violet, a besoin de compagnie, s'accroche à n'importe qui voulant bien l'écouter et court ainsi le risque qu'on l'évite, ce qui augmente sa solitude.

Egoïste, ne s'intéresse pas aux problèmes des autres, seuls les siens ont de l'importance, recherche de la compassion. Les femmes pleurent facilement, ont tendance à être possessives et s'apitoient beaucoup sur leur sort, fréquent chez les personnes âgées et les enfants qui ont besoin d'accaparer l'affection.

L'enfant a tendance à être exhibitionniste et capricieux, utilise la nourriture comme objet d'échange affectif. Il est très exigeant et ne donne rien en échange.

Symptômes : troubles imaginaires, insomnie, claustrophobie, tendance à pleurer facilement, insuffisance hépatique, problème de peau.

### **IMPATIENS / IMPATIENS**

Pour toutes les personnes impatientes et qu'une tension mentale permanente rend facilement irritables.

Le type impatiens travaille, parle, marche, et mange rapidement, avec un sentiment d'urgence. Il est très rapide et a besoin de moins de temps pour réfléchir et agir, s'enflamme facilement plus par irritation que par colère, la tension monte aussi rapidement qu'elle retombe et il semble oublier facilement ce qui s'est passé. Est irrité par la lenteur des autres, a un sentiment de perte de temps, coupe la parole ou termine la phrase de l'autre et souvent abrège en concluant rapidement sans laisser l'autre le temps de comprendre.

L'enfant impatient est très agité, se fait souvent mal, agit toujours avec précipitation, se fatigue plus que la moyenne, s'entend mal avec les autres parce qu'il change souvent de jeux. Il est éveillé et brillant mais manque d'application et de patience.

Symptômes : tensions musculaires, trouble de la digestion, insomnies, prurits, érythèmes, bégaiements, arythmies, angines, colites, boulimie, maladies des voies aériennes supérieures et maladies psychosomatiques.

## **GROUPE 5 - POUR CEUX QUI SONT HYPERSENSIBLES AUX INFLUENCES ET AUX IDEES**

### **AIGREMOINE / AGRIMONY**

Pour ceux qui cachent derrière une gaîté apparente, un tourment intérieur, un malheur, une inquiétude.

Cache ses soucis, ses peurs ou ses angoisses derrière sa bonne humeur naturelle, minimise ses difficultés et prétend que tout va bien, n'aime pas faire des histoires, se montre jovial et plein d'humour, est bon ami ouvert aux autres, disponible, à qui on peut se confier. A tendance à être d'accord avec tout le monde parce qu'il n'ose pas exprimer ce qu'il pense, malgré sa solitude intérieure, il aime beaucoup les fêtes, les réunions entre copains.

Le type agrimony a peur de ne pas être accepté par la société tel qu'il est et plaque un masque idéal sur son visage au détriment de ses propres sentiments. Souvent abus d'OH, et de drogues pour se stimuler et supporter ses épreuves avec bonne humeur.

L'enfant est constamment à la recherche de l'approbation des adultes, se ronge les ongles, se gratte, tourmente sans arrêt une mèche de cheveux.

Symptômes : tics nerveux, anorexie, boulimie, dépendance vis-à-vis d'OH de drogues et de psychotropes.

### **CENTAUREE /CENTAURY**

Pour ceux qui ne savent pas dire non et sont toujours anxieux de servir et de plaire aux autres.

Le type centaury est caractérisé par une grande disponibilité et un grand dévouement, qui finit pas se transformer en une soumission excessive. Ressemble un peu au type agrimony, comme lui a horreur des discussions et des disputes et essaie de plaire à tous par peur de ne pas être accepté. Mais contrairement au type agrimony qui est un boute-en-train, le type centaury est timide, effacé, et essaie de ne pas se faire remarquer.

L'enfant centaury a un grand besoin de reconnaissance et de louanges, est bouleversé par les reproches et essaie par tous les moyens de plaire à ses parents.

Symptômes : épuisement, sensation de fatigue, pâleur.

## **NOYER / WALNUT**

Le type walnut est très sensible aux changements et a du mal à abandonner ses vieilles habitudes. Lorsqu'on affronte un changement dans sa vie, il n'est pas rare que l'on ait du mal à s'adapter. On se laisse influencer par l'opinion des autres, envahir par des doutes alors qu'on a souhaité ce changement.

Il s'agit de moments cruciaux dans la vie qui nécessitent toujours une phase d'attente pendant laquelle on se sent encore lié à l'ancien, sans avoir le courage de sauter les pieds joints dans le nouveau. L'adolescence, la grossesse, la ménopause, la maladie, la vieillesse, le premier jour d'école ou de travail, le mariage, la retraite, le déménagement, le divorce, ...

Symptômes : instabilité émotionnelle, nostalgie vis-à-vis du passé, refus de changement, difficultés à s'adapter.

## **HOUX / HOLLY**

Pour ceux qui sont tenaillés par la jalousie, le désir de vengeance, l'envie, le soupçon et la colère. Pour les différentes formes de contrariétés.

Le type holly a un grand besoin d'amour qu'il peut transformer en haine, désir de vengeance, jalousie, mauvaise joie devant les malheurs des autres, méchanceté. Il se sent parfois malheureux sans savoir pourquoi, parfois ressent une grande amertume et est incapable de pardonner. Tendance à se plaindre des autres, comme si tout le monde lui en voulait. Est excessivement sensible aux insultes.

Chez l'enfant l'état holly est fréquent après la naissance d'une 2<sup>ème</sup> enfant. Pour attirer l'attention, il devient colérique, agressif, parfois violet.

Symptômes : rapports difficiles avec les autres, dépression, insomnie, peur d'être exclus, problèmes cardiaques, hépatiques et parfois pulmonaires.

Holly est la fleur de l'Amour divin.

## **GROUPE 6 - DECOURAGEMENT ET DESESPoir**

### **MELEZE / LARCH**

Pour ceux qui pensent ne pas être à la hauteur et qui ne prennent pas d'initiative, par peur de se tromper.

Le type larch a souvent été conditionné dès l'enfance à voir l'aspect négatif des choses, à penser ne pas être à la hauteur, à hésiter. Ce complexe d'infériorité est toujours présent dans l'esprit de cette personne.

L'enfant larch a peur des interrogations, il est convaincu d'avoir une mauvaise note, de ne pas réussir dans un sport, que le cadeau qu'il a préparé pour sa mère ne lui plaira pas, il a un sentiment d'insécurité, a besoin d'être encouragé, d'être traité comme un individu responsable.

Symptômes : mauvaise humeur, recherche l'isolement, sentiment d'impuissance, problèmes sexuels, arythmie, irritation du colon, anémie, bégaiement, perte de cheveux.

## **ORME / ELM**

Pour ceux qui se sentent fatigués et vidés et pensent ne pas être à la hauteur de leur tâche. Elm est un remède contre la fatigue.

Les personnes qui ont besoin d'elm sont en général d'excellents leaders, capables d'assumer leur travail avec une grande efficacité. La problématique elm est temporaire, liée à des excès de travail. Ces malaises sont souvent associés à des douleurs aux membres inférieurs provoqués par des contractures, maux de gorge, tendance au rhume.

L'état elm coïncide souvent avec des moments physiologiques particuliers, la ménopause, la phase descendante du biorythme, mais est toujours lié à une fatigue excessive. Très altruiste, accorde une grande importance au bien-être et à la sécurité des autres.

Symptômes : trouble psychosomatiques, nervosité, sensation de malaise.

## **PIN / PINE**

Pour ceux qui culpabilisent, s'autocritiquent et pensent en toutes occasions qu'ils auraient pu faire mieux.

L'état d'âme Pine est constitué par le remord. L'on s'auto accuse, se critique, on essaie de se justifier, on se sent inférieur, tendance à la soumission, à la tristesse et à la mélancolie. Sentiment d'être coupable d'exister, tendance à se charger des fautes des autres, porte tout le fardeau du monde. Ce sentiment de culpabilité à des origines familiales, est dû à un père ou une mère trop autoritaire et peut se manifester d'une manière imprévue. La religion peut jouer un rôle dans l'apparition de ce sentiment, toutes ces petites choses que nous aurions dû faire, le coup de téléphone à X, la promesse aux enfants des "j'aurais dû", "je devrais", tendance à s'auto punir.

Symptômes : sentiment d'infériorité, de honte, de mélancolie, violentes migraines, maux de dos, d'estomac, problème cardio-respiratoire.

## **POMMIER SAUVAGE / CRAB APPLE**

Pour ceux qui rêvent d'un monde immaculé, qui sont gênés ou obsédés par la saleté ou qui pensent qu'en eux se trouve quelque chose de pas très propre.

Il craint la saleté intérieure et extérieure de son corps, il est perturbé par les manifestations de son corps (sueur, odeur, menstruations, furoncle). Obsédé par la propreté et le camouflage des odeurs corporelles, ainsi que celui de son apparence.

Cette personne a souvent un problème sexuel, n'aime pas toucher et être touchée, les baisers, a peur des insectes, de la pollution, d'attraper des maladies, a une mauvaise relation avec les animaux. Désordre intérieur, dégoût de soi, mauvaises pensées ....

Chez l'enfant, se change souvent, refuse de porter un vêtement taché, refuse les WC publics, ne goûte pas les aliments qu'il ne connaît pas, ne joue pas par terre et ne se roule pas dans l'herbe.

Le remède Crab Apple est aussi utilisé avec succès comme désintoxiquant, atténue les problèmes d'allergies, les rhumes, les effets secondaires des médicaments ou thérapies. Utile pour les hématomes et brûlures. Est intégré au Rescue.

### **ETOILE DE BETHLEHEM / STAR OF BETHLEHEM**

Pour ceux qui ont besoin d'aide en cas de choc ou de peur ou qui n'ont pas surmonté des traumatismes anciens.

Souvent les chocs même légers provoquent un blocage énergétique qui, s'il reste tel quel, se transforme en un noyau sur lequel se greffent d'autres émotions, d'autres peurs et d'autres traumatismes qui provoquent une altération du comportement. D'autres chocs plus petits sont absorbés ne créant pas un noyau.

On risque donc après un choc de se sentir triste, malheureux, plein de désolation, engourdi, on peut régresser, refus d'être consolés. Tout semble gris, morne, manque d'enthousiasme, ces sentiments peuvent engendrer d'autres plus importants comme l'angoisse, la peur, l'apathie. Star of Bethlehem a dissout les blocages émotionnels mêmes les plus anciens et les plus profonds.

Symptômes : tension dans la gorge, de la déglutition, malaise psychosomatiques, menstruations douloureuses, sentiment d'engourdissement, blocage du dos.

### **CHATAIGNIER / SWEET CHESTNUT**

Pour ceux qui ont le sentiment d'avoir atteint les limites du supportable et pensent ne plus avoir d'espoir.

Fort sentiment d'abandon, de désespoir et de vide qui est lié au fait que l'on a lutté jusqu'au limites de se forces, pour se rendre compte que l'espoir est mort. L'on est perdu. L'on a besoin d'aide sans pouvoir le demander.

Symptômes : grave découragement, dépression, perte de cheveux.

### **CHENE / OAK**

Pour ceux qui sont épuisés, ne renoncent jamais à se battre et ne se rendent jamais.

L'indication oak est un travailleur acharné qui ne perd jamais une minute de repos parce qu'il est convaincu qu'il faut accomplir son devoir jusqu'au bout et aller de l'avant avec courage, même si l'on risque pour cela de tomber malade.

Ne demande jamais d'aide, par fierté, mais aussi parce qu'il a tendance à endosser le fardeau des autres.

L'enfant oak est très travailleur en classe, ne manque jamais, et tombe malade les jours de congé. A trop d'occupations, ne dit jamais "non aujourd'hui je suis trop fatigué, je n'irai pas".

Symptômes : effondrements nerveux, transpiration des mains, états anxieux, calculs biliaires, douleurs aux jambes, articulations et épaules, migraines.

## **SAULE /WILLOW**

Pour ceux qui se sentent victimes d'une injustice car ils ont l'impression de ne pas avoir mérité ce que la vie leur a réservé et sont donc pleins d'amertume.

Le type willow fait toujours retomber sur les autres la faute de ce qui lui arrive et n'est pas disposé à admettre qu'il pourrait avoir sa part de responsabilité dans la situation qui s'est créée.

Il cultive l'amertume, la rancœur, l'égoïsme, l'auto apitoiement, l'insatisfaction, l'irritation et la malveillance.

N'admet pas l'aspect négatif de sa personnalité et a tendance à exiger sans jamais rien donner en échange, il considère que tout lui est dû. Convaincu que la vie l'a privé de tant de choses qu'il envie la chance, la gaieté ou l'optimisme des autres. Son amertume lui inspire des pensées venimeuses et malveillantes à l'égard des autres, ce qui l'isole par son comportement perturbateur. Ne s'intéresse à rien et trouve toujours à redire.

L'enfant willow est pessimiste par définition, il sait que les choses ne lui plairont pas, avant même de les avoir vues. Convaincu que tout le monde lui en veut.

Symptômes : habitude de se prendre pour une victime, troubles digestifs, ulcères, trouble du foie, amertume, tendance à ne voir que les aspects négatifs de la vie.

## **GROUPE 7 – POUR CEUX QUI ONT UN INTERET TROP MARQUE POUR LE BIEN-ETRE DES AUTRES**

### **CHICOREE/CHICORY**

Pour ceux qui se plaignent, ne pensant qu'à eux et qui sont très possessifs.

Le type chicory possède une caractéristique, celle de donner, apparemment sans réserve et avec grand amour mais en réalité, en attendant quelque chose en échange. En fait demande une très forte compensation continue et constante. Il vit perpétuellement tendu, essayant de posséder ceux qui les entourent. Il est possessif, égoïste, parfois tyrannique. Les femmes sont très mères poules, manipulent les proches. Les hommes sont des maris ou fiancés qui dirigent, pensent, choisissent et s'occupent de tout, ne laissant aucune autonomie à leur partenaire.

Peur de ne plus être aimé, perdre l'affection des autres, chicory peut simuler une maladie afin d'attirer l'attention de son entourage, leur déclenchant un sentiment de culpabilité.

A tendance à parler de ses problèmes de santé, s'apitoie sur son sort, est mécontente et pleure facilement, susceptible, pointilleuse, extrêmement critique et fortement insatisfaite.

Très souvent le type chicory l'a été enfant, un enfant qui a exigé une attention constante de la part de ses parents et s'il ne l'obtenait pas faisait des scènes, allant parfois jusqu'aux vomissements. L'enfant a tendance à souffrir de constipation, signal important dans la dynamique de la possession. Cet enfant se met en colère si son meilleur ami joue avec d'autres enfants.

Symptômes : rétention d'eau, sinusite, bronchite, quintes de toux, insuffisance hépatique, maladies psychosomatiques, dépression, trouble cardiaque, constipation, problème des membres (bras et mains), boulimie.

### **VERVEINE/VERVAIN**

Pour ceux qui ont des idées bien précises et profondément ancrées et qui croient si fermement qu'ils veulent à tout prix convertir les autres.

C'est l'état dans lequel on se passionne pour une idée où l'on voudrait que tous la partagent avec la même ardeur. Prêt à se battre pour la cause à laquelle il croit, devient irritable si les autres ne se montrent pas aussi passionnés. Idéaliste pour ce qu'il fait, s'impose et impose son idée avec parfois virulence, parle vite, est souvent jugé comme excessif.

L'enfant vit à un rythme plus soutenu que la moyenne, parle fort, marche sur les pieds de son voisin, est enthousiaste quand quelque chose lui plaît, peut manger avec gloutonnerie et souffrir d'insomnies.

Symptômes : hyperactivité, tics nerveux, irascibilité, mal au dos, tension, trouble de la musculature et de l'ossature, problèmes oculaires, cardiaques, épidermiques, constipation, tabagisme.

### **VIGNE / VINE**

Pour ceux qui sont dominateurs, inflexibles, très compétents et sûrs d'eux.

Le type vine a une grande force intérieure, exerce un leadership naturelle et mène avec succès des groupes, des entreprises et même des pays. L'aspect négatif est l'égoïsme et l'égoïsme de ceux qui ont tendance à ne pas se soucier de l'opinion d'autrui, à bafouer leurs droits sans remords, à ne jamais douter de leur supériorité et à en rechercher la confirmation, à tout moment au travers de la soumission des autres. Il utilise plus son esprit rationnel que son cœur pour la prise de décision, jamais disponible pour discuter, considéré comme une perte de temps, car il est convaincu qu'il a raison.

Impatient, irritable, brusque, discourtois, n'accepte pas la contradiction, ignorant ceux qui ne sont pas d'accord avec lui. Il exerce la même tyrannie dans sa vie privée, convaincu que tout ce qu'il fait est pour le bien des autres.

L'enfant vine est aussi un dictateur en herbe, il essaie d'avoir une position de commandement et aime jouer avec des enfants soumis, convaincu que tout lui est dû.

Symptômes : rigidité mentale, insomnie, manque d'appétit, agressivité, colère, inflexibilité excessive, migraine, hypertension, troubles biliaires, dysfonctionnement gastrique, arthrite et pneumonie.

### **HETRE /BEECH**

Pour les personnes intolérantes, qui voient uniquement le côté négatif des choses et qui critiquent souvent le comportement d'autrui.

Le type beech critique la manière d'être des autres, s'en prend aux jeunes qui fréquentent tel endroit, aux personnes âgées qui ne comprennent pas, au gouvernement, au fisc, à la circulation. Il a tendance à critiquer sans avoir tous les éléments en mains, Irritable, méticuleux et arrogant, ce type de comportement est lié à une mauvaise observation de soi-même, ce qui gêne tant chez les autres n'est que le reflet de ce que nous sommes.

S'il se prolonge, cet état provoque la solitude et l'isolement. Cet état guette aussi une minorité mal tolérée dans la communauté et qui développe un sentiment de supériorité découlant de la non acceptation.

Symptômes : trouble gastro-intestinaux, envie de nourriture piquante, mécontentement, douleurs articulaires.

### **EAU DE ROCHE / ROCH WATER**

Pour ceux qui se contrôlent beaucoup et sont très exigeants avec eux-mêmes.

Le type roch water a tendance à être perfectionniste, se soumet à une discipline sévère et même douloureuse. Il s'impose des règles strictes, renonçant aux joies de la vie. Ne se détourne jamais du chemin. La forme physique est importante, idéalise un certain mode de vie qu'il respecte avec rigueur, refoulant émotions, pulsions et instincts qui peuvent entraver sa transformation spirituelle. Très exigeants avec lui-même, a tendance à se sentir supérieur aux autres.

Symptôme : raideur des membres et cou, tendance à suivre des régimes draconiens, refus de se laisser aller aux petits plaisirs de la vie, douleurs dorsales, cervicalgies, rhumatismes, constipation, hypertension, trouble de la vésicule biliaire.

### **RESCU REMEDY (Star of Bethlehem, impatiens, roch rose, cherry plum, clématis)**

Remède d'urgence pour toutes les occasions.

Symptômes : maladies, accidents, malaises soudains, brûlures, coupures, petites lésions.

### **COMBINAISONS**

**Examens, réunions, conférence, entretien, .... A prendre quelques jours avant et pendant**

CHESNUT BUD : pour favoriser la concentration

CLEMATIS : pour aider la mémoire

ELM : pour combattre la sensation de ne pas être à la hauteur

GENTIAN : pour combattre le découragement

LARCH : pour améliorer la confiance en soi

**Mal de mer et transports. A prendre la veille du départ et pendant**

RESCUE : contre l'agitation

SCLERANTHUS : pour l'équilibre et l'adaptation au situation temporaire du voyage

**Pour les décisions importantes, changement de profession, choix d'études. Prendre quelques jours avant.**

CERATO : pour renforcer la confiance en soi

ELM : pour se sentir à la hauteur  
SCLERANTHUS : pour favoriser la prise de décision  
WILD OAT : pour déterminer la direction à prendre

## **SOINS DES PLANTES**

STAR OF BETHLEHEM : pour toutes sortes de chocs (rempotage, taille, manque d'eau).  
HORNBEAM : contre le stress dû à la croissance  
WALNUT : pour les changements, déménagements ou places  
CRAB APPLE : contre les parasites  
AGRIMONY : en cas de souffrance générale  
WILD ROSE : pour favoriser l'enracinement  
OLIVE : après la germination  
RESCUE : toutes les situations d'urgence

## **SOINS DES ENFANTS**

CLEMATIS : pour les apathiques et les rêveurs  
ASPEN : pour ceux qui ne s'endorment qu'avec la lumière allumée  
CHICORY : pour ceux qui s'agrippent à leur mère par possessivité  
HORNBEAN : pour ceux qui ont du mal à se lever le matin  
CHERRY PLUM, IMPATIENS, MIMULUS : en cas de bégaiement  
IMPATIENS : s'ils pleurent lorsque leur mère est occupée  
HOLLY : pour la colère  
GENTIANE : pendant la convalescence  
WALDNUT : pendant la pousse des dent  
CHERRY PLUM : en cas d'énurésie nocturne  
BEECH : pour les enfants batailleurs  
ROCH ROSE : contre la peur suivant les cauchemars  
CHESTNUT BUD : pour les enfants en retard  
STAR OF BETHLEHEM : contre les chocs physiques et plus  
RESCUE REMEDY : pour els situations d'urgence et comme première intervention

## **SOINS DES BEBES**

STAR OF BETHLEHEM : pour résorber le choc néonatal  
OLIVE : pour les prématurés  
CLEMATIS : pour ceux qui dorment beaucoup  
IMPATIENS : pour ceux qui crient pour attirer l'attention  
CHICORY : s'ils ne se calment que si on les allaitent  
SCLERANTHUS : pour les nouveaux nés très agités  
MIMULUS : s'il a facilement peur  
RESCUE : pour les gaz (coliques) et pour les situations d'urgences

## **SOINS DES ANIMAUX**

HEATHER : si un chien aboie en permanence  
CLEMATIS : si l'animal est apathique  
HOLLY : en cas d'agressivité

MIMULUS : pour la peur  
STAR OF BETHLEHEM : en cas de traumatisme  
CRAB APPLE : contre les parasites  
CHICORY : si le chien grogne sans motif  
RESCUE : pour toutes situations d'urgence

### **FEMMES ENCEINTES**

WALDNUT : pour changement d'état  
SCLERANTHUS : pour les nausées  
WILD ROSE : en cas d'accouchement difficile  
RED CHESNUT : pour les préoccupations excessives  
MIMULUS : pour la peur de l'accident  
ROCH ROSE : contre la panique  
IMPATIENS : pour l'impatience de voir s'approcher le jour de l'accouchement  
VERVAIN : contre la tension  
RESCUE : à l'approche de l'accouchement et pendant le travail  
STAR OF BETHLEHEM : après l'accouchement.

### **Posologie en général :**

2 gouttes de chaque remède dans 1 tasse d'eau, jus de fruit ou autre.  
Ou 2 gouttes de chaque dans la bouteille = 4 gouttes – 4 x 1j.  
RESCUE peut être ajouté à d'autres remèdes comme cinquième remède (mettre les gouttes au lieu de 2, comme pour les autres).  
Si la personne ne peut pas avaler = humecter les lèvres, derrière les oreilles et poignets.  
Application extérieure : appliquer immédiatement 2 gouttes de Rescue sur l'endroit concerné.  
Compresse : 6 gouttes ou 7 gouttes dans bassine d'eau = faire des compresses  
6 à 7 gouttes dans l'eau du bain.

Bonne chance dans les soins et dans la vie, amitiés,  
Charly