

# FORMATION



**HUILES ESSENTIELLES**

**ET**

## ELIXIRS FLORAUX

### 1<sup>ER</sup> GROUPE – PEUR/INQUIETUDE

## COMPOSITION DES DIFFERENTS GROUPES

### Description selon la nomenclature du Docteur Edward Bach

#### → 1<sup>er</sup> GROUPE- Peur - Insécurité

##### ROCK ROSE – HELIANTHEME

###### Pour les terreurs et états de panique

Rock Rose est utile dans toutes les situations d'urgence, que ce soit en cas d'accident, de maladie aiguë due à des perturbations accompagnées de peur et de panique, ou que l'on perd son sang-froid, en cas d'examens, en cas de cauchemars et de terreurs nocturnes.

###### La description du Dr Bach

Le remède de secours. Le remède d'urgence pour les situations où il semble n'y avoir aucun espoir. En cas d'accident ou de maladie soudaine ou quand le patient est vraiment effrayé ou terrifié ou si son état est assez grave pour inspirer une grande crainte à son entourage. Si le patient est inconscient, on peut lui humecter les lèvres avec le remède. Il peut être nécessaire d'ajouter d'autres remèdes, par exemple Clematis s'il y a évanouissement, ce qui est un état de sommeil profond; Agrimony s'il est torturé, etc.

→ Le remède permet de retrouver calme et courage.

##### MIMULUS – MUSCADE

###### Pour les peurs identifiées

Mimulus concerne plus les peurs de type phobique, telles que la peur du dentiste, des chiens, de la mort, de la souffrance, des accidents, du noir, du froid, des gens, de parler en public, etc...

###### La description du Dr Bach

Peur des choses du monde, maladie, douleur, accidents, pauvreté, peur du noir, d'être seul, de la malchance. Les peurs de la vie quotidienne. Ces personnes portent leurs craintes secrètement et en silence, elles n'en parlent pas ouvertement aux autres.

→ Le remède met en évidence le courage et la force tranquille qui se cachent en chacun de nous, afin de pouvoir affronter les épreuves de la vie quotidienne sans crainte.

##### ASPEN - TREMBLE

###### Pour les peurs inexplicables et inconnues comme une angoisse, une anxiété sourde qui monte

En cas de peurs soudaines, de pressentiment, d'appréhension, d'angoisse sans phobie... Ce sont les peurs non identifiées, elles concernent les angoisses nocturnes lorsque nous ne pouvons identifier ces angoisses.

### **La description du Dr Bach**

Des peurs vagues et inconnues, sans raison ou explication. Pourtant, le patient peut être terrifié par quelque chose de terrible sur le point d'arriver, sans qu'il ne sache quoi. Ces craintes vagues et inexplicables peuvent le hanter de nuit ou de jour. Ceux qui en souffrent craignent souvent de parler de leur trouble aux autres.

→ Le remède apporte le calme et un fort sentiment de sécurité

## **CHERRY PLUM - PRUNIER**

### **Pour la peur de perdre le contrôle de soi**

Ce remède fait partie de la combinaison de Docteur Bach : Rescue

Cherry Plum correspond aux états de peur de perdre la tête, de devenir fou et de passer à l'acte...

Chez l'enfant, elle aide au retour au calme lors de grandes crises de colère où l'enfant perd le contrôle

### **La description du Dr Bach**

Peur d'avoir l'esprit trop tendu, de perdre la raison, de faire des choses épouvantables et redoutées, que l'on ne souhaite pas et dont on sait qu'elles sont mauvaises, mais on a malgré tout l'idée et l'impulsion de les faire.

→ Le remède apporte le calme nécessaire pour se retrouver au niveau de l'équilibre psychique. Il travaille au retour à la paix intérieure et au recentrement.

## **RED CHESTNUT - MARRONNIER ROUGE**

### **Pour la forte anxiété envers ses proches**

Ce remède concerne les peurs excessives envers ses proches, voire obsessionnelles concernant le bien-être des autres (surprotection).

L'amplitude que prennent ces inquiétudes finissent par influencer négativement les personnes concernées par cette surprotection.

### **La description du Dr Bach**

Pour ceux qui trouvent difficile de ne pas s'inquiéter pour les autres. Souvent, ils ne se font plus de souci pour eux-mêmes, mais ils peuvent souffrir beaucoup pour ceux qu'ils aiment, s'attendant fréquemment à ce que quelque malheur leur arrive.

→ Le remède aide à cultiver la confiance envers nos proches, à positiver et rayonner du calme, ce qui leur donnera confiance.