

FORMATION



HUILES ESSENTIELLES

ET

ELIXIRS FLORAUX

**LES 38 ELIXIRS DE FLEURS DE
BACH**

2^{ÈME} GROUPE – DOUTE/INCERTITUDE

LE 2^{ème} GROUPE SELON LA NOMENCLATURE D'EDWARD BACH

2^{ème} GROUPE – DOUTE - INCERTITUDE

CERATO - PLUMBAGO

→ **Pour le manque de confiance en soi, en son intuition, en son propre jugement**

Cerato convient parfaitement aux personnes doutant de leurs capacités, y compris de leur propre intuition.

La non confiance en eux les coupe de leur créativité et très souvent elles attendent l'accord des autres pour agir.

Lorsqu'elles ont pris une décision, les doutes et incertitudes les submergent jusqu'à remettre en cause leur choix.

La description du Dr Bach

Ceux qui n'ont pas assez de confiance en eux-mêmes pour prendre leurs propres décisions. Ils demandent constamment l'avis des autres et sont souvent mal orientés.

→ Cerato nous aide à avoir confiance en notre jugement afin que nous puissions écouter notre voix intérieure et suivre notre intuition.

SCLERANTHUS - ALENE

→ **Pour l'indécision et la difficulté de choisir**

Ce remède convient aux personnes incapables de se décider, de poser des choix lorsqu'il y a plusieurs options (ne pas confondre avec Wild Oat pour suivre une orientation).

Ce type de personnalité peut aussi présenter des difficultés émotionnelles, comme des sautes d'humeur.

La description du Dr Bach

Ceux qui souffrent beaucoup de ne pouvoir choisir entre deux choses, d'abord c'est l'une qui semble la bonne et puis c'est l'autre. Ce sont généralement des gens tranquilles, qui portent seuls leur difficulté, étant peu enclins à en parler avec les autres.

→ Scléranthus aide à restaurer un équilibre intérieur, apportant le calme et la détermination nécessaire à la prise de décision.

GENTIAN - GENTIANE AMARELLE

→ **Lorsqu'on se sent découragé, et pessimiste**

Gentian convient aux moments de découragements et de pessimisme, lorsque nous voyons tout en négatif.

Ces moments de découragement sont ponctuels, liés à des empêchements, des contretemps etc...

Ne pas confondre avec l'état de découragement et d'abattement qui conduit à abandonner malgré le soutien de son environnement (Gorse est plus adapté à cette typologie)

La description du Dr Bach

Ceux qui se découragent facilement. Même s'ils progressent bien dans leur maladie ou leurs affaires quotidiennes, tout petit retard ou obstacle au progrès les fait douter et les décourage rapidement.

→ Gentian aide à retrouver du courage et de la volonté.

GORSE - AJONC

→ **Pour ceux qui ont perdu tout espoir et qui sont dans un état d'incertitude**

Gorse est adapté aux personnes qui ne croient plus en rien, et qui ont perdu la foi. Elles acceptent difficilement d'être encouragées.

Dans leur croyance, toute aide est vouée à l'échec et ne leur sert à rien.

La description du Dr Bach

Une perte d'espoir très profonde, ils ont abandonné la croyance que quelque chose puisse être fait pour eux. Se laissant convaincre ou pour faire plaisir aux autres, ils essayeront peut-être différents traitements, mais en continuant à assurer leur entourage qu'il y a si peu d'espoir de soulagement.

→ Gorse aide à retrouver l'espoir en retrouvant la joie de vivre et la foi en soi

HORNBEAM - CHARME

→ **Pour ceux qui se sentent épuisés, fatigués nerveusement, psychologiquement**

Hornbeam est le remède pour les personnes qui sont apathiques et qui manquent d'énergie. Cette typologie concerne aussi le manque de motivation et d'entrain. La fatigue apparaît dès le matin au réveil et toute activité et/ou tâche à accomplir est vécue comme un obstacle insurmontable. Il s'agit plus d'un état de fatigue mentale et ne se relie pas à des efforts réels.

La description du Dr Bach

Pour ceux qui ne se sentent pas assez forts, mentalement ou physiquement, pour porter le fardeau de la vie qui leur est imposé; les affaires de la vie quotidienne leur semblent trop pour qu'ils puissent les réaliser, bien qu'ils arrivent généralement à exécuter leur tâche. Pour ceux qui croient qu'une partie de leur esprit ou de leur corps a besoin d'être fortifiée avant de pouvoir s'acquitter aisément de leur travail.

→ Hornbeam aide à retrouver son entrain, son dynamisme et sa motivation.

WILD OAT - FOLLE AVOINE

→ **Pour ceux qui se sentent perdus et qui ont des difficultés à trouver leur voie**

Wild Oat est le remède pour les personnalités qui sont dans l'insatisfaction de leur vie. Ceux qui désirent s'engager dans un but à atteindre mais qui n'arrivent pas à le définir. Cet état entraîne un manque de motivation, une indécision et une forme d'instabilité liée au fait de ne pas savoir quelle direction prendre.

La description du Dr Bach

Ceux qui sont ambitieux et veulent faire quelque chose d'importance dans la vie, qui désirent avoir beaucoup d'expérience et jouir de tout ce qui est possible pour eux, de vivre la vie pleinement. Leur difficulté est de savoir quelle activité choisir; bien que leurs ambitions soient fortes, ils n'arrivent pas à déterminer ce qui les attire par-dessus tout. Ceci peut causer du retard et de l'insatisfaction.

→ Wild Oat aide à trouver son chemin, sa voie, et redonne du sens à sa vie, ramenant motivation, stabilité et dynamisme dans un but à atteindre