



Les Herbes en Folie

École d'herboristerie par correspondance

1774, rue de l'Alliance
Québec (QC) G3E 1S1
Canada
Tel:(418) 845-9125

jbak@lesherbesenfolie.qc.ca
www.lesherbesenfolie.qc.ca

Les Élixirs Floraux

J'aimerais vous entretenir d'un sujet qui est méconnu pour un bon nombre de personnes: les élixirs floraux. Les élixirs floraux sont une médecine énergétique qui existe depuis fort longtemps, car elle a été utilisée par les Lémuriens et les Atlantes. La thérapie par les élixirs floraux s'appelle la florathérapie. Chaque fleur a sa signature énergétique personnelle et contient un message de la Source tel que l'amour inconditionnel, la paix intérieure, la force intérieure, etc. Les élixirs floraux soignent maints déséquilibres que ce soit au niveau spirituel, émotionnel, mental et physique. Ils remettent l'âme et la personnalité en parfaite résonance; ils équilibrent tout votre être.

Ce sont les élixirs floraux du Dr Bach qui sont les plus connus dans le monde entier. Edward Bach était un médecin, un chercheur, un homéopathe et un bactériologiste de renom. Il a créé, dans les années 1930, 38 essences à base de fleurs correspondant à 38 états émotionnels négatifs. L'ensemble de ces 38 essences est appelé les Fleurs de Bach. Cependant, il y a une multitude de fleurs, partout sur la planète qui sont utilisées pour la fabrication d'élixirs floraux, par exemple, en Californie, en Alaska, en Australie et même au Québec!

Les élixirs floraux sont des catalyseurs d'évolution et de transformation intérieure qui permettent de mettre à jour nos conflits internes, de les dépasser et de les résoudre par une profonde prise de conscience afin d'exprimer notre Moi véritable.

Je vais vous donner une petite idée du travail que peut accomplir les élixirs floraux du Dr Bach. Les aspects négatifs que je cite pour chaque élixir sont les émotions, les pensées ou les comportements qui sont à harmoniser et les aspects positifs sont les émotions, les pensées ou les comportements qui démontrent l'équilibre par rapport à cette fleur.

Le Dr Bach avait défini sept groupes d'émotions générales:



1. LES ÉTATS DE PEUR

a. Aspen - Tremble

Aspects négatifs: peur vague, difficile à nommer, appréhension.

Aspects positifs: confiance et sécurité.

b. Cherry Plum - Prunier myrobolan

Aspects négatifs: peur de craquer, de perdre le contrôle de soi, impulsif.

Aspects positifs: apaisement et sang-froid en toute circonstance, lucidité.

c. Mimulus- Muscade

Aspects négatifs: la peur au quotidien, timidité, crainte identifiable.

Aspect positif: force tranquille.

d. Red Chestnut - Marronnier à fleurs rouges

Aspect négatif: peur pour les autres.

Aspect positif: avoir confiance dans l'expérience vécue par autrui.

e. Rock Rose - Hélianthème

Aspects négatifs: peur panique, terreur.

Aspects positifs: grand courage, oubli de soi, force de volonté.

2. LES ÉTATS D'INCERTITUDE ET DE DÉCOURAGEMENT

a. Cerato - Plumbago

Aspects négatifs: manque de confiance en son intuition, s'en remet à l'avis d'autrui.

Aspect positif: certitude intérieure.

b. Gentian - Gentiane bleue

Aspects négatifs: mélancolie, découragement devant le moindre obstacle, pessimiste.

Aspects positifs: confiance, courage et persévérance.

c. Gorse - Ajonc d'Europe

Aspect négatif: sans espoir.

Aspects positifs: foi, espoir et certitude.

d. Hornbeam - Charme

Aspects négatifs: manque d'entrain, difficulté à se lancer dans l'action.

Aspects positifs: enthousiasme, énergie, participation aux tâches de la vie.

e. Scleranthus - Alène

Aspects négatifs: indécision et incertitude dans le choix entre deux possibilités.

Aspects positifs: résolution, choix, équilibre, détermination.

f. Wild Oat - Folle avoine

Aspects négatifs: insatisfaction de ne pas avoir trouvé sa voie, manque de ligne directrice.

Aspects positifs: affirmation de sa raison d'être, discernement de ses capacités.

3. LES ÉTATS D'INTÉRÊT INSUFFISANT POUR LE PRÉSENT

a. Chestnut Bud - Bourgeon de marronnier à fleurs blanches

Aspect négatif: répète toujours les mêmes erreurs sans tenir compte de l'expérience vécue.

Aspects positifs: compréhension et intégration des leçons de la vie.

b. Clematis - Clématite des haies

Aspects négatifs: inattention, rêverie, préoccupation, absence.

Aspects positifs: réalisme, inspiration, vit le moment présent.

c. Honeysuckle - Chèvrefeuille

Aspects négatifs: lié au passé, nostalgie, regrets.

Aspects positifs: s'inspire de ses souvenirs, aptitude à vivre pleinement le moment présent.

d. Mustard - Moutarde sauvage

Aspects négatifs: tristesse sans raison apparente, mélancolie soudaine.

Aspects positifs: stabilité, paix intérieure, humeur égale.

e. Olive - Olivier

Aspect négatif: épuisement sur tous les plans.

Aspect positif: énergie retrouvée.

f. White Chestnut: Marronnier à fleurs blanches

Aspects négatifs: idées fixes, "petit vélo dans la tête".

Aspects positifs: esprit calme et tranquille, orientation constructive des pensées.

g. Wild Rose - Églantier

Aspects négatifs: résignation, fatalisme, passivité, manque d'intérêt.

Aspects positifs: dynamique, motivé, enthousiasme.

4. LES ÉTATS DE SOLITUDE

a. Heather - Bruyère

Aspects négatifs: égocentrique, préoccupé de soi exclusivement.

Aspects positifs: altruisme, désintéressement, écoute de l'autre.

b. Impatiens - Impatiente

Aspects négatifs: impatient, rapide, irritable, précipité, seul.

Aspects positifs: détendu, tolérant et doux envers les autres.

c. Water Violet - Violette d'eau

Aspects négatifs: fier, distant, condescendant.

Aspect positif: met discrètement ses capacités au service d'autrui.

5. LES ÉTATS D'HYPERSENSIBILITÉ AUX INFLUENCES ET AUX IDÉES

a. Agrimony - Aigremoine

Aspects négatifs: cache ses soucis derrière un masque jovial.

Aspects positifs: accepte ses qualités et ses défauts, se montre tel qu'il est .

b. Centaury - Petite centaurée

Aspects négatifs: soumission, faiblesse, ne sait pas dire "non".

Aspects positifs: sert avec sagesse et discernement, volonté.

c. Holly - Houx

Aspects négatifs: haine, envie, jalousie, suspicion et/ou colère.

Aspects positifs: esprit généreux, compréhensif, tolérant. Capable d'aimer et pardonner.

d. Walnut - Noyer

Aspects négatifs: sensible aux ambiances, aux influences, aux idées extérieures.

Aspects positifs: constance, identité, protection.

6. LES ÉTATS D'ABATTEMENT ET DE DÉSESPOIR

a. Crab Apple - Pommier sauvage

Aspects négatifs: honte, dégoût de soi, attachement à des détails.

Aspect positif: s'accepte tel que l'on est.

b. Elm - Orme commun

Aspects négatifs: accablement, surmené par l'ampleur de la tâche.

Aspects positifs: capable, efficace, confiant, assué dans le lâcher prise.

c. Larch - Mélèze d'Europe

Aspects négatifs: manque de confiance, persuadé de l'échec.

Aspects positifs: déterminé, capable, sans crainte du résultat.

d. Oak - Chêne commun

Aspects négatifs: continue à lutter, encore, toujours et malgré tout.

Aspects positifs: force, courage, constance et acceptation de ses limites.

e. Pine - Pin sylvestre

Aspects négatifs: culpabilité, scrupules, se sent responsable de tout.

Aspects positifs: jugement sain, humilité, acceptation de sa responsabilité propre.

f. Star of Bethlehem - Étoile de Bethléem

Aspects négatifs: chagrin, douleur ou peine après une épreuve.

Aspects positifs: consolation, libération et paix intérieure.

g. Sweet Chestnut - Châtaignier

Aspect négatif: vide moral épouvantable.

Aspects positifs: foi et courage, capacité de traverser des situations extrêmes, s'ouvre à la lumière.

h. Willow - Saule blanc

Aspects négatifs: bouderie, amertume, sensation de victime, ressentiment, susceptibilité.

Aspects positifs: reconnaît ses responsabilités sans amertume et manifeste son humour, exprime sa joie de vivre.

7. LES ÉTATS DE PRÉOCCUPATION EXCESSIVE D'AUTRUI

a. Beech - Hêtre

Aspects négatifs: critique, intolérance, caustique.

Aspects positifs: indulgence, compréhension, acceptation des différences.

b. Chicory - Chicorée sauvage

Aspects négatifs: amour possessif, donne pour recevoir.

Aspect positif: don de soi sans esprit de retour.

c. Rock Water - Eau de roche

Aspects négatifs: rigidité envers soi, principes stricts, souci de perfection personnel, idéaliste.

Aspects positifs: s'accorde de la joie de vivre, garde un esprit souple.

d. Vervain - Verveine officinale

Aspects négatifs: sur-enthousiasme, veut convaincre, en fait trop.

Aspects positifs: voie du milieu, modération, sagesse de changer d'avis après discussion et débat.

e. Vine - Vigne

Aspects négatifs: autoritaire, dominateur, cherche à imposer ses idées.

Aspects positifs: respect d'autrui, autorité sage et compréhension au service des autres.