

# La liste des Fleurs de Bach

## 1. Agrimony (Aigremoine)



### Fleur de la Vérité de Soi

Permet de faire face à ses expériences et ses qualités positives. Aide à libérer ses émotions apportant une réelle paix intérieure.

### Façade souriante, douleur intérieure

Souci et torture mentaux que l'on cache derrière un masque de fausse gaieté. A du chagrin mais garde la paix au prix de ne pas exprimer ses opinions ou révéler ses problèmes. Peut aussi supporter ses problèmes à l'aide de drogues et d'alcool.

## 2. Aspen (Tremble)



### Fleur de la sécurité intérieure

Aide à retrouver un sentiment de confiance et de protection, et à faire face au monde réel (baisse la pression intérieure).

### Appréhension, angoisse d'origine inconnue

Peur d'origine inconnue, crainte psychique, appréhension, angoisse. Craint que quelque chose de terrible soit sur le point d'arriver mais sans raison connue.

## 3. Beech (Hêtre)



### Fleur de la compassion

Aide à développer la compréhension et l'ouverture du cœur. Permet de reconnaître le potentiel positif de l'être.

### Intolérant, critique à l'excès

Intolérance, irritabilité, arrogance. Pédant et borné. N'est pas compréhensif vis-à-vis des traits différents des autres. Hypercritique et juge les autres.

## 4. Centaury (Centaurée)



### Fleur du respect de soi

Aide à pouvoir prendre sa place dans la vie et à établir ses propres limites.

### Dévouement exagéré

Dévouement exagéré. Conventionnel et esclave servile. Aucune personnalité propre.

## 5. Cerato (Plumbago)



### Fleur de la foi en ses intuitions

Aide à écouter sa petite voix intérieure.

### Doute de ses propres jugements

Confiance insuffisante en son intuition, demande sans cesse l'avis des autres.



## 6. Cherry Plum (Prunus)

### Fleur de la sérénité intérieure

Aide à retrouver un apaisement mental et émotionnel.

### Peur de perdre le contrôle

Peur de perdre le contrôle.



## 7. Chestnut Bud (Bourgeon de marronnier)

### Fleur de la compréhension des expériences

Aide à comprendre que tout événement et toute expérience sont les leçons de la vie, un moyen pour pouvoir grandir.

### Erreurs répétées

Erreurs répétées par manque d'attention ou par précipitation. Inattentif. Répète les mêmes fautes au lieu d'apprendre la leçon.



## 8. Chicory (Chicorée)

### Fleur de l'amour universel

Aide à être au service de l'autre tout simplement, favorise le respect d'autrui et son projet de vie.

### Manipulateur, contrôleur

Possessivité, amour de soi, apitoiement sur soi-même, manipulation affective. Aussi trop préoccupé par les besoins de son entourage. Corrige continuellement ce qu'il considère comme être mal, et aime le faire. Il peut être trop protecteur.



## 9. Clematis (Clématite)

### Fleur de la concrétisation

Aide à vivre dans l'ici et le maintenant. Aide à transformer ses rêveries en projets précis et concrets.

### Rêverie, distraction

Rêverie, distraction, indifférence, inattention, fuite dans l'irrationnel.



## 10. Crab Apple (Pommier sauvage)

### Fleur de l'acceptation de soi et de la purification

Aide à s'aimer, à s'accepter et à voir les choses à leur plus juste valeur.

### Se sent sale, impur

Obsession des détails, des imperfections, des impuretés. Aversion physique. Pour celui qui a une pauvre image de lui-même, se sent contaminé ou sale, honteux et sans attrait. Pour la désintoxication, remède nettoyant.



## 11. Elm (Orme)

### Fleur de l'équilibre

Aide à résoudre la perte de confiance temporaire, permet de s'arrêter à temps, de savourer et de se ressourcer.

### Dépassé par les responsabilités

Surmenage, accablement et sentiment temporaire d'incapacité. Se sent indispensable. Se sent écrasé par les responsabilités déjà entreprises.



## 12. Gentian (Gentiane)

### Fleur de la persévérance

Aide à digérer les difficultés qui surviennent dans notre vie, encourage à se remettre à réessayer et à persévérer.

### Découragement

Découragement et dépression d'origine connue. Sceptique vite découragé. Accablement causé par de légers retards ou empêchements au quotidien.



## 13. Gorse (Ajonc)

### Fleur de la foi

Aide à faire revenir l'espoir, à réaliser que tout n'est pas perdu et à relativiser nos sentiments de désespoir.

### Désespoir

Désespoir et abattement total. Dépression et accablement chronique sans espoir quand il semble que rien de plus ne peut être fait, aucun soulagement en vue.



## 14. Heather (Bruyère)

### Fleur de l'écoute

Aide à ne plus être absorbé par soi-même et par les problèmes, et à être plus à l'écoute du cœur de l'être.

### Égoïsme

Égoïsme, recherche la compagnie pour parler de soi. Peur de la solitude.



## 15. Holly (Houx)

### Fleur du pardon

Permet de se libérer de sa colère, d'accueillir, d'accepter et de comprendre face à des sentiments ou des événements qui dérangent profondément.

### Jalousie, envie

Haine, jalousie, vengeance, forte négativité destructrice contre autrui ou contre la vie.



## 16. Honeysuckle (Chèvrefeuille)

### Fleur de l'ancrage

Aide à équilibrer le rapport au passé et donne de l'élan pour aller de l'avant. Apporte la capacité d'être véritablement dans le maintenant avec les autres. La part des souvenirs est ramenée à sa juste valeur. Gère le passé de façon calme et sereine.

### Vit dans le passé

Fixation sur le passé, mélancolie de situations anciennes, regrets nostalgiques. Au lieu de vivre au moment présent, il est préoccupé par les beaux jours du passé.



## 17. Hornbeam (Charme)

### Fleur de l'action

Aide à retrouver un peu de peps et de plaisir dans le travail, et de donner la force émotionnelle face à la journée.

### Lassitude mentale

Lassitude physique et psychique pour les tâches quotidiennes. Manque d'entrain.

## 18. Impatiens (Impatiente)



### Fleur de la patience et de l'indulgence

Normalise le rapport au temps avec soi et les autres.

### Impatience, irritabilité

Impatience, irritabilité, impulsivité, agressivité, frustration nerveuse. Intolérance à l'incapacité des autres à suivre son rythme au travail. Ce qui conduit à oeuvrer seul. Vif à penser et à agir, ne veut pas attendre.

## 19. Larch (Mélèze)



### Fleur de l'affirmation de soi

Aide à donner à nouveau confiance, à être plus audacieux pour plonger dans le cœur de la vie.

### Manque de confiance en soi

Manque de confiance en soi, complexe d'infériorité et d'échec. Impuissance. Se sent inférieur, ne fait que peu ou pas d'efforts pour réussir.

## 20. Mimulus (Muscade)



### Fleur du courage

Aide à donner du courage afin de permettre de faire face aux problèmes de la vie quotidienne.

### Peur des choses connues

Peur et anxiété d'origine connue, telles que la pauvreté, la noirceur, la solitude, les hauteurs, les accidents, les gens, etc. Insécurité, nervosité, timidité, trac.

## 21. Mustard (Moutarde)



### Fleur de la lumière intérieure

Aide à dégager les nuages noirs afin que les personnes dans cet état puissent retrouver la vraie joie découlant des événements heureux de la vie.

### Mélancolie inexplicée

Dépression, cafard, profonde tristesse, mélancolie d'origine inconnue comme un lourd nuage au-dessus de la tête éliminant toute joie et lumière.

## 22. Oak (Chêne)



### Fleur de l'écoute de soi et du lâcher prise

Aide à récupérer ses forces et à apprendre à accepter ce qui peut être changé.

### Épuisé mais lutte encore

Désespère mais ne renonce jamais. Lutte infatigable. N'a confiance qu'en lui. Même malade ou surmené, persiste à l'excès pour atteindre ses buts.

## 23. Olive (Olivier)



### Fleur de la vitamine

Aide à retrouver la force physique et mentale.

### Épuisement total

Épuisement profond du mental et/ou du physique, surmenage. Plus de force pour faire de nouveaux efforts. N'apprécie plus ses occupations favorites.



### 24. Pine (Pin sylvestre)

#### Fleur de l'estime de soi

Aide à aller au fond de son être, à retrouver ses qualités et ses potentialités, et à se mettre en avant.

#### Autocritique, culpabilité

Culpabilité, remords, reproches et auto-accusation. Perfectionniste. Narcissisme négatif.



### 25. Red Chestnut (Marronnier rouge)

#### Fleur de la foi pour les autres

Aide à relativiser ses peurs et à prendre soin de ses proches tout en gardant une vision objective et réelle de la situation.

#### Souci excessif pour les autres

Hyperanxiété et souci excessif pour la sécurité et le bien-être des autres. Imagine toujours le pire. Néglige souvent ses propres besoins.



### 26. Rock Rose (Hélianthème)

#### Fleur de la témérité

Aide à retrouver le courage, la présence d'esprit et le calme intérieur dans toutes les situations.

#### Terreur, panique

Peur panique aiguë, terreur extrême d'un danger, accident, cauchemar, etc. Hystérie et panique.



### 27. Rock Water (Eau de roche)

#### Fleur de la flexibilité, de la souplesse

Aide à encourager une plus grande souplesse d'esprit et une plus grande douceur avec soi-même, et à s'ouvrir à la joie de vivre.

#### Abnégation de soi par orgueil spirituel, martyr

Orgueil et obsession spirituels, principes répressifs, rigidité psychologique. Strict dans sa manière de vivre, adhérent à des idéaux et croyances rigides et n'ayant souvent aucune joie de vivre. Il est maître, dur pour lui-même, souhaitant être un exemple pour les autres.



### 28. Scleranthus (Aène)

#### Fleur de la décision

Aide à ne plus hésiter et à écouter ses désirs et intuitions.

#### Indécision

Indécision, incertitude, hésitation, dispersion, instabilité physique, mentale et émotionnelle. Incapable de choisir entre deux choses. Parfois instabilité d'humeur.



### 29. Star of Bethlehem (Etoile lactaire)

#### Fleur de la guérison et consolatrice de l'âme

Aide à supporter les chocs et à récupérer son équilibre.

#### Choc, traumatisme, psychique ou physique

Grande détresse et chagrin refoulé causés par un traumatisme physique ou émotionnel. Choc d'un accident, d'une nouvelle grave, de la perte d'un être cher, etc.





### 30. Sweet Chestnut (Châtaigner)

#### Fleur de la transformation

Aide à retrouver le courage, la force morale, la lumière dans la vie et la capacité de modifier ce qui doit l'être, afin de repartir d'un pied nouveau.

#### Extrême angoisse mentale

Angoisse mentale extrême, désespoir profond, mais continue à espérer de voir le bout du tunnel.



### 31. Vervain (Vervaine)

#### Fleur de la modération

Aide à contenir son enthousiasme et à rééquilibrer sa vie. Aide à lâcher du lest pour se détendre et pour permettre de se reposer.

#### Excès d'enthousiasme

Excès de zèle et d'enthousiasme, fanatique, impatient, impulsif, autoritaire. Stress physique.



### 32. Vine (Vigne)

#### Fleur de la bienveillance

Aide à encourager une approche plus douce, plus souple et plus compréhensive de la relation aux autres. Aide à être plus conciliant et à être plus à l'écoute de l'autre.

#### Autoritaire, inflexible, dominateur, tyrannique

Dominateur, tyrannique, ambitieux, intransigeant et sans scrupules.



### 33. Walnut (Noyer)

#### Fleur de l'adaptabilité, de la constance et de la protection

Aide à rester soi-même dans le changement. Aide à retrouver son autonomie et son pouvoir personnel, ce qui permet de rester stable et ferme en communication relationnelle et de toute circonstance.

#### Changement majeur, hypersensibilité

Hypersensibilité, influencé malgré lui. Déstabilisé par les périodes de changements.



### 34. Water Violet (Hottonie des marais)

#### Fleur de la communication relationnelle et de l'humilité

Facilite le contact avec les autres. Accroît le sentiment de communauté et facilite l'ouverture et le partage même si l'envie manque.

#### Attitude distante, réservée

Attitude fière et distante. Très indépendant, solitaire et réservé.



### 35. White Chestnut (Marronnier blanc)

#### Fleur de la clarté d'esprit et de l'apaisement mental

Aide à dissoudre le tourbillon mental pour laisser place à la paix de l'esprit et du mental.

#### Pensées incontrôlées

Agitation et ruminations stériles, conversation mentale qui empêche le sommeil.

### 36. Wild Oat (Folle avoine)



#### Fleur de la vocation

Aide à éclaircir les situations brumeuses et à faire émerger des idées et des projets concrets, et à faciliter la réalisation.

#### Insatisfaction de ne pas avoir trouvé sa voie

Insatisfaction, incertitude, frustration de ne pas trouver sa voie.

### 37. Wild Rose (Eglantine)



#### Fleur de l'amour de la vie

Aide à donner du mordant et le goût à la vie. Apporte la stimulation manquante pour aider à se réveiller Aide à être acteur de son bonheur de façon plus consciente.

#### Apathique, résigné

Apathie, résignation, passivité et indifférence. Capitulation intérieure. Ne fait aucun effort pour améliorer sa situation, se soumet sans se plaindre, n'éprouvant aucune joie.

### 38. Willow (Saule)



#### Fleur de la responsabilité face à la vie

Aide à adapter une attitude positive face à la vie et à accepter un peu plus ses responsabilités envers les difficultés.

#### Ressentiment

Ressentiment, amertume, colère refoulée, insatisfaction et malchance. Sensation de ne pas mériter les injustices de la vie.