

Les Fleurs De Bach Pour Trouver Et Retrouver Un Quilibre Motionnel

Faire face aux émotions. Potions magiques ou élixirs de vie ? Les trente-huit préparations mises au point par le docteur Edward Bach sont des produits naturels à base de fleurs des champs, de bourgeons d'arbre et d'eau de source. Efficaces, sans danger, elles sont faciles à choisir en automédication et faciles à utiliser. Leur sélection se fait d'après l'état émotionnel du moment : or se demande quelles sont les caractéristiques les plus frappantes, les plus personnelles, les plus originales, les impressions et sentiments apparus en même temps que les symptômes dont on veut se débarrasser et l'on prend l'élixir correspondant. Coup double. La particularité de ce livre est de mettre en correspondance les fleurs de Bach avec les médicaments homéopathiques. Bien que partant de principes différents, les deux systèmes ont un point commun : ils ne combattent pas directement les maladies mais demandent à l'organisme de s'en charger. Ainsi le symbolisme des fleurs et la démarche plus expérimentale de l'homéopathie peuvent-ils être associés sans hésitation, dans le but d'en tirer le meilleur, c'est-à-dire une santé... florissante. Sélection facile : Découvrez tous les détails sur les 38 élixirs floraux ; Sélectionnez celui qui vous convient grâce à un répertoire très riche ; Complétez votre choix avec le médicament homéopathique correspondant.

Avec ce cahier, vous pourrez composer vos complexes personnalisés à partir des 38 élixirs floraux du Dr Bach, en fonction de vos propres troubles émotionnels. La florithérapie aide à rééquilibrer les émotions de manière douce, naturelle, simple et efficace, et joue ainsi un rôle préventif dans de nombreuses affections physiques et psychologiques. On utilise les fleurs de Bach sous forme de gouttes à prendre dans la bouche, dans un peu d'eau ou en application locale. Sans accoutumance, elles sont simples à utiliser et conviennent à toute la famille : du bébé à l'âge avancé de la vie, et même aux animaux et aux plantes. Maud Gracien, psychologue-psychothérapeute et conseillère agréée en Fleurs de Bach, après une présentation des 38 élixirs floraux, propose d'identifier ceux qui sont utiles selon les profils et les circonstances : découragement, addiction, déprime, irritabilité... 22 situations ou difficultés auxquelles on peut être confronté sont ainsi déclinées. "Le patient de demain peut obtenir de l'aide et des conseils d'un frère aîné qui l'aidera dans son effort", a écrit le Dr Bach. Guidée par ces mots, l'auteure nous donne, dans cet ouvrage, tous les outils pour réaliser une préparation personnelle, unique, répondant à notre état émotionnel du moment. A partir de situations concrètes : je suis dans la lune, je me sens vide d'énergie, je me sens résigné, je m'en veux..., l'auteure associe un élixir et nous montre la voie du mieux-être et de la guérison. Un joli cahier illustré pour connaître les élixirs floraux et apprendre à les choisir pour nous ou pour les autres.

Cet ouvrage vous propose une aide pour choisir les fleurs de Bach qui pourront vous aider, que vous soyez le malade ou un de ses proches. Les aidants n'ont pas été oubliés, et l'auteur leur consacre un chapitre. Après une présentation des fleurs de Bach particulièrement adaptées à cette maladie, l'auteur s'intéresse au malade car sa personnalité est l'élément essentiel pour bien choisir les fleurs qui lui feront du bien. N'attendez aucune donnée médicale de ce livre, tout est concentré sur Bach!

Fatigue, angoisse, problèmes de peau, kilos en trop, problème de sommeil ? Les Fleurs de Bach sont vos meilleures alliées

Naturelles et sans aucun effet secondaire, elles vont vous aider à vous sentir bien dans votre peau et guérir les petits maux du quotidien. Elles agissent suivant une logique imparable : si vos émotions sont apaisées, votre corps le sera aussi. Elles peuvent être utilisées aussi bien par des adultes que pour des enfants, et même pour soigner son animal de compagnie. Dans ce livre, découvrez tous leurs bienfaits et utilisations : les "fiches d'identité" des 38 Fleurs de Bach avec leurs caractéristiques et leurs propriétés ; le b. a. -ba pour fabriquer vos élixirs maison ; les autres remèdes naturels (homéopathie, nutrition, phytothérapie, huiles essentielles...) qui aident à maximiser les effets des Fleurs de Bach ; et beaucoup d'autres astuces et informations sur les Fleurs et leurs applications.

Les fleurs de Bach sont des élixirs floraux réalisés à partir de 38 essences de fleurs. Ils ont pour objectif principal de stimuler la vitalité et d'harmoniser la vie psychique, en agissant sur les états émotionnels, à l'origine des maladies. Peur & insécurité, Incertitude & doutes, Manque d'intérêt dans le présent, Solitude, Hypersensibilité, Découragement & désespoir, Préoccupation excessive d'autrui : les 38 élixirs sont regroupés en 7 groupes d'émotions. Cette encyclopédie détaille les fleurs sous forme de fiches, avec un paragraphe spécifique à l'enfant. Elle traite également des émotions à table, des troubles les plus courants (anxiété, apathie, maux de tête...), mais aussi des animaux de compagnie. En fin d'ouvrage, un bilan personnalisé sous forme de questionnaire pour permettre à chacun de cibler et répondre à ses besoins présents plus facilement.

Angoisse, fatigue, troubles de l'alimentation... Les bienfaits des élixirs floraux à votre portée Naturelles et sans aucun effet secondaire, elles vont vous aider à vous sentir bien dans votre peau et guérir les petits maux du quotidien. Elles agissent suivant une logique imparable : si vos émotions sont apaisées, votre corps le sera aussi. Elles peuvent être utilisées aussi bien par des adultes que pour des enfants, et même pour soigner son animal de compagnie. Dans ce livre, découvrez tous leurs bienfaits et utilisations : - les « fiches d'identité » des 38 Fleurs de Bach avec leurs caractéristiques et leurs propriétés ; - le b.a.-ba pour fabriquer vos élixirs maison ; - les autres remèdes naturels (homéopathie, nutrition, phytothérapie, huiles essentielles...) qui aident à maximiser les effets des Fleurs de Bach ; - et beaucoup d'autres astuces et informations sur les Fleurs et leurs applications. LE LIVRE DE RÉFÉRENCE LE + COMPLET ET LE + PRATIQUE SUR CES FLEURS MIRACULEUSES ET APAISANTES.

Un véritable guide de référence pour profiter de tous les bienfaits des fleurs de Bach ! Mise au point dans les années 1930, la thérapie florale d'Edward Bach est une approche complémentaire qui replace l'individu au centre de sa santé. Sa force ? Travailler sur le déséquilibre émotionnel, à l'origine de nombreux troubles physiques et psychiques. Tout ce que vous devez savoir pour utiliser les fleurs de Bach au quotidien se trouve dans ce guide complet et pratique, destiné au débutant comme au praticien confirmé. Vous découvrirez qui était le Dr Bach, son parcours, sa philosophie et comment il en est venu à élaborer sa thérapie florale, avant d'aborder l'aspect plus pratique de cette thérapie grâce à de nombreux outils : • un grand questionnaire pour trouver l'élixir qui correspond à votre besoin ou à celui d'un proche ; • des exemples de protocoles, avec mises en situation, pour toutes les circonstances de la vie ; • des conseils et des règles à suivre pour conduire un entretien floral ; • des informations sur les approches complémentaires (huiles essentielles, psychothérapie, etc.) ; • un travail de recherche approfondi mené par

l'auteure auprès de trois laboratoires réputés, afin de connaître leur éthique et leurs modes de fabrication ; • et pour aiguïser la curiosité : une fiche d'identité botanique pour chaque plante ainsi qu'un peu de leur folklore.

Les fleurs de Bach comptent des millions d'utilisateurs ! Apprenez à vous en servir pour lutter contre 100 maux du quotidien : stress, insomnies, chagrin, confiance en soi...

Certaines situations vous mettent dans tous vos états ? Et si les élixirs floraux vous aidaient à mieux apprivoiser vos émotions ? Dans la mouvance de l'homéopathie, le docteur Bach a créé une typologie de fleurs destinées à favoriser l'équilibre émotionnel. Ce guide commence par retracer l'histoire et les fondements de cette méthode avant de présenter les 38 fleurs utilisées, leurs indications et leurs effets. Fiches et schémas vous permettent d'y recourir facilement au quotidien : grossesse, adolescence, convalescence, deuil... Une auteure spécialiste Une synthèse de référence Un cahier pratique

Coffret de 39 cartes + un dépliant explicatif de 6 pages. Ce jeu de cartes, d'un format vraiment pratique, présente la thérapie par les fleurs de Bach dans ses grandes lignes. Toutes les cartes (38 plus la carte spéciale Rescue) comportent deux faces : l'une permettant d'identifier visuellement les différentes fleurs de Bach, et donnant la formule de pouvoir correspondante, l'autre face spécifiant les symptômes négatifs qui caractérisent les différentes fleurs de Bach et les possibilités d'épanouissement qu'elles permettent.

Dans ce livre, Hagen Heimann, présente l'éventail complet de la thérapie des fleurs de Bach. De la découverte par Edward Bach jusqu'au développement des « Nouvelles Thérapies » par Dietmar Krämer. Dans un style facilement compréhensible, ce naturopathe (Heilpraktiker diplômé) expérimenté, décrit les indications pour chaque fleur, la technique d'entretien, les différentes possibilités de diagnostic et la différenciation des méthodes de traitement pour les cas chroniques et le cas aigus. Il décrit en détail les formes d'utilisation diverses telles que la prise en interne ou l'utilisation sur les zones cutanées des fleurs de Bach en externe. Il explique aussi de façon approfondie, les différents niveaux thérapeutiques (niveau énergétique, émotionnel et mental) ainsi que les compléments thérapeutiques aux fleurs de Bach qui en découlent (huiles essentielles, pierres précieuses, couleurs, sons et métaux), tout comme les mécanismes d'interaction des corps subtils entre eux et les relais-R, découverts par l'auteur lui-même, qui servent de station de commutation entre les niveaux. Grâce à cette pierre de l'édifice jusque là manquante, l'auteur a pu, non seulement décoder le fonctionnement véritable des fleurs de Bach, mais aussi tout le mécanisme de régulation qui est à la base de la psychosomatique. Ce livre s'adresse ainsi aussi bien aux novices qu'aux thérapeutes expérimentés.

Richard Monvoisin s'empare d'une thérapie assez répandue dans nos pharmacies, les élixirs floraux du Docteur Bach, et procède à une enquête minutieuse à ce sujet. Les élixirs floraux : de quand datent-ils ? D'où vient la théorie ? Quelle

fut la vie du docteur Edward Bach, et comment procéda-t-il ? Quelles sont les raisons qui assurèrent le succès des petites fioles ? Richard Monvoisin, en se posant les mêmes questions que n'importe qui devant les rayonnages des pharmaciens, remonte ainsi le fil du succès de la théorie et tente de démêler le vrai du faux, l'étrange du douteux. Avec un seul objectif : donner les outils nécessaires aux lecteurs et lectrices pour leur permettre de faire leurs propres choix en connaissance de cause. Cet ouvrage montre ainsi comment il est possible à chacun et chacune d'entre nous, sans nécessairement de bagage scientifique préalable mais avec quelques outils simples en poche, que l'auteur explicite, de se faire une opinion fondée sur certains sujets du quotidien.

Pour tous les petits maux quotidiens (angoisse, kilos en trop, eczéma, maux de tête...), pensez aux fleurs de Bach ! Elles vont rééquilibrer vos émotions à l'origine de la plupart des troubles physiques et psychologiques. Comment ? En suivant une logique simplissime : si vos émotions sont apaisées, votre corps le sera aussi ! Découvrez vite dans ce livre : Tout ce qu'il faut savoir sur les fleurs de Bach : l'élaboration des élixirs, leurs vertus, leur façon d'agir... Celles qui vous correspondent parmi les 38. Comment faire votre autodiagnostic et préparer vos élixirs maison : les bons mélanges, les quantités, les modes de prises... Les conseils pour en faire profiter toute la famille : troubles du sommeil, phobies, stress des concours... À chaque problème sa solution ! Les autres remèdes naturels en complément : huiles essentielles, homéopathie, nutrition... Inclus : des astuces, des recettes et des témoignages pour vous guider au jour le jour ! Tous les bienfaits et les utilisations de ces 38 fleurs miraculeuses !

La culture des fleurs de Bach Pour se soigner avec les plantes du jardin

Ce Clin d'œil met en évidence l'approche holistique du docteur Bach. Pour lui, il est essentiel de traiter un patient dans sa globalité, de façon à lui redonner ses capacités d'auto-guérison. Pour ce faire, il lui semble important de se pencher sur les conflits intérieurs qui agitent chacun de nous. Il suffit alors de trouver la fleur de Bach permettant de lutter contre ces conflits, l'âme retrouve la paix, le corps son harmonie et sa vitalité - la maladie, qui n'est, selon le docteur Bach, qu'un signal que nous donne notre corps pour exprimer son déséquilibre, n'a alors plus de « raison » de se développer. Edward Bach a classé en sept catégories les attitudes de l'esprit pouvant être à l'origine d'un déséquilibre intérieur : la peur, l'incertitude, le manque d'intérêt pour le présent, la solitude. l'hypersensibilité aux influences et aux idées, l'abattement ou le désespoir, le souci excessif du bien-être des autres. Ses 38 remèdes floraux développent les caractéristiques positives venant s'opposer à chaque défaut ou difficulté qu'il a recensé. Une approche philosophique et spirituelle des fleurs de Bach, qui passionnera les nombreux adeptes de ces précieux petits flacons de bien-être et de vitalité.

Les Fleurs de Bach ont été découvertes par le médecin anglais Edward Bach il y a plus de 80 ans. Bach était animé par le vœu de développer une méthode de guérison simple et efficace, accessible à tous. Actuellement les élixirs floraux de Bach se réjouissent d'une grande popularité bien méritée, grâce à leur facilité d'emploi et leur fiabilité d'action. Ils sont un des piliers des

«médecines douces» et disponibles dans la plupart des pharmacies. Dans ce livre les deux Thérapeutes expérimentés, Hagen Heimann et Dietmar Krämer, montrent aux parents comment utiliser de la force de guérison douce des Fleurs pour les enfants. Ils décrivent les indications de chaque fleur de Bach et comment l'identifier par rapport au comportement de l'enfant. Pour faciliter l'identification des fleurs, chaque description est illustrée avec des citations de parents. Ceci étant d'une grande aide, notamment concernant les petits enfants encore incapables de mettre des mots sur leurs émotions. Avec des exemples pratiques ce livre montre comment on peut soutenir les enfants dans certaines situations de la vie avec les Fleurs de Bach, comme par exemples lors de - Rentrée en crèche/école maternelle - Problèmes avec les frères/soeurs - Problèmes d'apprentissage à l'école Ce guide reflète plus de 20 ans d'expérience concernant le traitement des enfants avec les fleurs de Bach et montre aux parents, comment aider leurs enfants lors de problèmes corporels ou émotionnels.

Des techniques d'autoguérison pour rétablir l'équilibre émotionnel et physique : musicothérapie, élixirs, massages ou postures. En complément : des fiches florales et un CD audio avec des fréquences thérapeutiques.

Ce livre est un guide simple et honnête qui permettra de connaître et d'utiliser les Fleurs de Bach. Il est écrit dans le langage de notre époque bien qu'il évoque la clarté sans âge du travail du Docteur Bach. Il est donc facile à lire. Les Fleurs de Bach sont une méthode de guérison simple et naturelle qui fonctionne bien plus en relation avec les états émotionnels d'une personne qu'avec la maladie physique. Elles agissent pour harmoniser et équilibrer la personnalité, et pour annihiler des choses telles que les irritations, les peurs, les culpabilités dans lesquelles le Dr Bach voyait les vraies causes de la maladie et du mal être.

Un manuel pour utiliser les fleurs de Bach et élixirs floraux avec des animaux L'objectif de ce livre est de vous permettre d'utiliser les fleurs de Bach et d'autres élixirs floraux, pour rééquilibrer les énergies et émotions des animaux qui vous entourent, et les aider à guérir ou améliorer leur bien-être. Vous apprendrez notamment comment observer le comportement de l'animal, évaluer la composition à utiliser, et valoriser au mieux ces gouttes simples et naturelles. Le livre est construit autour de trois grandes parties :
- Les principes de la florathérapie et des 38 fleurs de Bach - Utilisation des 7 familles de fleurs de Bach pour les animaux - 35 symptômes pour différents animaux, et leurs traitements avec les fleurs (anxiété, fin de vie, malpropreté, séparation, peurs, jalousie, tristesse, choc suite à une opération ...) Olivier Remole, Maître et praticien Reiki, est l'auteur de plusieurs ouvrages sur les énergies. C'est à partir de son expérience en Reiki animal qu'il s'est intéressé aux élixirs floraux et aux fleurs de Bach pour les animaux.

" On ne se sent pas bien lorsqu'il y a conflit entre le mental et l'âme " avait coutume de dire le docteur Edward Bach, médecin anglais de la fin du XIXe siècle, car ce conflit finit par s'inscrire dans le corps sous forme de problème de santé ou d'inconfort psychique. Proche de la nature, il a l'intuition que certaines fleurs influencent favorablement l'équilibre émotionnel et donc physique. C'est ainsi qu'il découvre les vertus de 38 fleurs permettant de renouer avec la paix intérieure en transformant les émotions négatives en émotions positives. Cet ouvrage magnifiquement illustré décrit les 38 fleurs de Bach, appelées aussi élixirs floraux, ainsi que toutes les émotions auxquelles elles sont reliées. Le tout est illustré de nombreux cas rencontrés qui vous

permettront de percevoir la subtilité et la justesse de cette méthode très actuelle et facilement applicable. Sans jamais se substituer aux médecines allopathiques, homéopathiques ou autres, les fleurs de Bach sont un excellent complément de traitement, aussi bien pour l'enfant qui pleure dès que sa mère le quitte pour quelques heures que pour l'adulte en proie à des pensées obsessionnelles ou la femme enceinte qui a peur de l'accouchement. Chaque fleur de Bach correspondant à un trait de caractère ou à un état émotionnel particulier, vous trouverez forcément celle qui vous convient grâce aux nombreux conseils de cet ouvrage. Nouvelle édition, remplace EAN 9782733911105.

Des millions d'animaux domestiques et de ferme, des animaux sauvages et de zoos, habituellement en bonne santé, sont chaque année éliminés afin que leurs humains de maîtres retrouvent enfin la paix et le repos après avoir enduré leurs urines, leur désobéissance, leur bruit assourdissant, leurs agressions, leur possessivité, leurs destructions et autres problèmes. Un problème de comportement conduit souvent à une "phase terminale". Il est vrai que l'euthanasie due à des problèmes de comportement représente la cause principale de la mort chez les jeunes animaux, et nombre de gens la considèrent comme un traitement à part entière. Le coût élevé des consultations et soins vétérinaires contribuent également à ce que les maîtres négligent ou abandonnent leurs animaux. En conséquence, le prix de la souffrance animale et le poids des remords ainsi que le besoin en services sociaux sont incalculables. Ils pourraient aussi être évitables. Corriger le problème de comportement peut souvent sauver la vie d'un animal ainsi que le font la chirurgie ou d'autres techniques médicales, et réduit grandement la souffrance de tous les protagonistes concernés. Cela ne fait pas appel à une thérapie comportementale onéreuse ou bien à une modification profonde du comportement chez le maître. Il est dans de nombreux cas, possible d'en venir à bout de façon assez simple et pour des sommes modiques grâce à l'utilisation des élixirs floraux. Cet ouvrage prodigue des descriptions de chacun des 38 élixirs floraux de Bach, ainsi que leurs applications pour traiter un large éventail d'animaux domestiques, chevaux compris. Il décrit également les symptômes du diagnostic, animal par animal, accompagnés des régimes de traitements appropriés, illustrés par des rapports médicaux fournis par des vétérinaires, des spécialistes du comportement animal et par des praticiens de santé. Les autres domaines importants et utiles débattus sont : • les émotions chez l'animal et leur influence sur le comportement • le lien émotionnel entre les animaux et les humains • les raisons pour et contre de penser les animaux en termes humains • les principes des élixirs floraux et leur efficacité dans le traitement des animaux.

La thérapie des Fleurs de Bach occupe, suite à son concept humain et ses innombrables succès de guérison, aujourd'hui une place à part entière dans la médecine naturelle. "Le nouveau livre de Fleurs de Bach" a considérablement contribué à cette renommée. Ce livre, un classique en Allemagne depuis une vingtaine d'années, a été entièrement remanié et amélioré. Commencant par Agrimony et allant jusqu'à Willow, il présente des analyses psychologiques approfondies de chacune des 38 essences des Fleurs de Bach.

Dans la mouvance de l'homéopathie, le docteur Bach a développé une typologie de fleurs destinée à favoriser l'équilibre

émotionnel. Ce guide commence par retracer l'histoire, les fondements et les principes de cette méthode. Il présente ensuite l'ensemble des fleurs utilisées, leurs indications et leurs effets. Une série de schémas permet d'y recourir facilement dans des situations quotidiennes : grossesse, adolescence, convalescence, deuil... Entièrement revue et corrigée par l'auteur, cette nouvelle édition s'enrichit de nouveaux cahiers pratiques. 39 fiches synthétiques : une pour chaque fleur et une pour le complexe d'urgence. 20 cahiers pratiques utiles selon votre situation.

Le Centre de Bach traite des centaines de demandes de renseignements émanant de personnes désirant venir en aide à leurs animaux. Le besoin d'un ouvrage sérieux consacré à ce thème était donc évident. Fruit d'une étroite collaboration de ses auteurs avec des spécialistes du comportement animal, cet ouvrage très complet, montre à l'aide d'exemples pratiques, comment employer les remèdes floraux du Docteur Bach chez les animaux. Ce livre deviendra certainement une lecture incontournable pour quiconque aime les animaux, car il peut changer leur vie... et la vôtre !

Mechthild Scheffer nous propose un petit guide pratique, simple et concis, pour soigner nos animaux de compagnie avec les 38 quintessences florales du Docteur Edward Bach : observation du comportement de l'animal pour déterminer la fleur appropriée ; questionnaire d'évaluation ; préparation, dosage et posologie des quintessences, seules ou en mélanges ; réponses aux questions les plus courantes concernant les troubles des animaux.

Ce livre nous invite à un extraordinaire voyage à travers les 38 Fleurs de Bach et reflète dans sa beauté et sa simplicité l'extraordinaire puissance de ces Fleurs pour notre équilibre émotionnel. Chaque fleur nous invite à une méditation quotidienne et nous permet de reconnaître et d'approfondir son message en nous-même. Aujourd'hui Ulrich Rampp perpétue la tradition de la fabrication des Elixirs floraux en Auvergne selon la méthode originale du Dr Bach. Il est également co-auteur du film "Voyage au coeur de Fleurs de Bach" inspiré par ce livre. Partez à la découverte dans la nature de ces Fleurs magiques, pour un voyage qui conduit au coeur de soi...

Au siècle dernier, le docteur Edward Bach découvre les vertus de 38 plantes à partir desquelles il élabore ses élixirs, les fleurs de Bach. Aujourd'hui, on retrouve ces remèdes en pharmacie et l'engouement grandissant pour la florithérapie témoigne de son efficacité. Pour cet homéopathe, tous les maux ne sont que la manifestation physique d'un déséquilibre émotionnel que ces fleurs viennent harmoniser. N'ayant ni préjugés ni résistances, les enfants s'avèrent très réceptifs à cette thérapie naturelle qui les aide à s'apaiser, à dépasser leurs malaises, leurs conflits ou problèmes émotionnels, que ce soit à l'école ou à la maison, dans leurs relations aux autres ou à eux-mêmes. Le choix des fleurs de Bach qui entreront dans la composition du flacon est à adapter selon la personnalité de votre enfant et des problématiques auxquelles il est exposé. A l'aide de questionnaires sur son tempérament, son comportement, ses ressentis, il s'agira avant tout de dresser son portrait émotionnel pour trouver les fleurs qui lui correspondent. La préparation pouvant

combiner jusqu'à six plantes différentes, il conviendra donc d'affiner cette sélection. Vous trouverez en fin d'ouvrage un mode d'emploi détaillé allant de l'élaboration du flacon, au suivi de cure, en passant par la posologie. Avec son organisation par dossiers thématiques, son index des mots-clés pour faciliter les recherches ou encore ses fiches descriptives des fleurs, cet ouvrage très pratique aidera tous les parents soucieux du bien-être de leur enfant à adopter des solutions aussi simples que saines.

Ces 38 photos des fleurs originales du Dr Bach agissent directement sur les structures inconscientes de l'âme, guidant vers l'harmonie psychique et permettent de se confronter avec les différents principes de Bach. Les cartes sont accompagnées d'un livre qui présente toutes les indications pratiques sur la manière de les utiliser au mieux, en fonction des différents états d'âme associés à chaque fleur de Bach.

Votre chat se cache sous l'armoire par peur des visiteurs ? Urine sur le lit ou se dépile le ventre car il est anxieux ? Votre chien ne supporte pas de rester seul ? A été maltraité par le passé et en souffre encore ? Voici quelques situations pour lesquelles les fleurs de Bach et plus généralement les élixirs floraux seront des solutions naturelles et très efficaces. Faciles à administrer, sans effets indésirables et compatibles avec tout traitement médical, ces remèdes vont rééquilibrer les émotions de votre animal et concourir ainsi à son bien-être et à l'équilibre familial. Dans ce guide pratique écrit à quatre mains par une vétérinaire et une comportementaliste, toutes deux florathérapeutes, vous découvrirez notamment :

- les principes de la florathérapie mise au point par le Dr Bach,
- les 38 fleurs de Bach et leur mode d'emploi,
- 31 élixirs contemporains et leur usage au quotidien,
- des indications thérapeutiques pour plus de 70 symptômes classés de A à Z, allant de l'agressivité à la dépression en passant par le deuil, l'hyperactivité et la peur,
- et enfin, de nombreux cas concrets pour vous aider à vous approprier cette méthode thérapeutique simple et naturelle !

Considérées comme de vraies alliées santé au naturel, les fleurs de Bach sont utilisées pour soigner aussi bien le corps que l'esprit. Découvrez dans cette bible les 38 fleurs de Bach ainsi que chacune de leurs utilisations possibles, et allez plus loin en créant vous-même vos propres élixirs floraux ! Anne-Sophie Luguët-Saboulard est pigiste pour des sites éthiques et enseignante. Tombée dès l'enfance dans le monde du bio, elle privilégie au maximum les médecines douces et les recettes naturelles pour soigner toute sa famille. Elle est l'auteure de *Les fleurs de Bach, c'est Malin* (plus de 16 000 exemplaires vendus). Alix Lefief-Delcourt est rédactrice pour différents médias et l'auteur de nombreux best-sellers. Elle a vendu plus de 700 000 exemplaires aux éditions Leduc.s.

Méditations guidées avec les fleurs de Bach est un coffret contenant un CD de 7 relaxations guidées avec les fleurs de Bach, en harmonie avec votre nature, ainsi qu'un livre explicatif décrivant les 38 fleurs de Bach, répertoriées par familles d'émotions. Vous y découvrirez également les modes de préparation et d'utilisation des fleurs de Bach, les textes des

relaxations guidées mais aussi un questionnaire pour choisir les fleurs les plus adaptées à vos besoins et à votre personnalité. Un CD composé de 7 magnifiques relaxations guidées. Un livre décrivant les 38 fleurs de Bach ainsi que les modalités d'utilisation du CD. 7 cartes pour visualiser les fleurs de Bach avant la mise en relaxation.

Comment ne pas être déstabilisé par la fatigue, le manque de confiance en soi, les débordements émotionnels, les peurs, les pensées excessives, les problèmes de sommeil, les difficultés de communication, le manque d'amour de soi, le non-respect de soi, la recherche de sa voie ou la solitude ? Comment sortir de ces situations récurrentes qui vous perturbent au quotidien ? C'est tout l'intérêt de cet ouvrage, destiné aussi bien aux femmes qu'aux hommes. Chacun des dix dossiers spéciaux étudie à la loupe un dysfonctionnement émotionnel. Il apporte des informations précises pour un « look revisité » : conseils au niveau des couleurs, des formes, des coupes de vêtements et des imprimés, conseils de maquillage, de coupe de cheveux... Chaque dossier s'appuie aussi sur un descriptif détaillé des Fleurs de Bach et des pierres les plus appropriées pour vous aider à sortir de cet état. En intégrant les élixirs floraux et les cristaux à votre vie, vous retrouverez la vitalité qui vous manque, le calme intérieur et la confiance en vous et en la vie. Vous maîtriserez vos peurs, vous saurez vous faire respecter et votre moral retrouvera le beau fixe...

Découvrez les méthodes du docteur Bach. Apprenez les propriétés des fleurs et les maux qu'elles traitent. Cultivez les fleurs de Bach chez nous. Récoltez-les et transformez-les en élixir pour vous soigner de manière douce. Soignez-vous avec les fleurs de Bach que vous cultiverez de manière naturelle dans votre jardin.

[Copyright: 521de3e8c707b6bb717420bab8a23923](https://www.521de3e8c707b6bb717420bab8a23923.com)