Table des matières

Préambule 11

Comment utiliser ce livre ? 15

1. Les élixirs floraux 17
Pratique : les principes d'utilisation 17
Méthode de préparation 17
Mode d'emploi 18
Un ou plusieurs élixirs ? 18
Répétition 19
Usage local 19
Contre-indications 19
Effets secondaires 20
Pas d'effet, que faire ? 20
Description : les 38 fleurs de Bach + 1 21
1. Agrimony (Aigremoine) 22
2. Aspen (Tremble) 23
3. Beech (Hêtre) 24
4. Centaury (Petite centaurée) 25
5. Cerato (Plumbago) 26
6. Cherry Plum (Prunier myrobolan) 27
7. Chestnut Bud (Bourgeon du marronnier d'Inde) 28
8. Chicory (Chicorée sauvage) 29
9. Clematis (Clématite blanche) 30
10. Crab Apple (Pommier sauvage) 31
11. Elm (Orme champêtre) 32
12. Gentian (Gentiane) 33
13. Gorse (Ajonc) 34
14. Heather (Bruyère commune) 35
15. Holly (Houx) 36
16. Honeysuckle (Chèvrefeuille) 37
17. Hornbeam (Charme) 38
18. Impatiens (Balsamine) 39
19. Larch (Mélèze) 40
20. Mimulus (Mimule) 41
21. Mustard (Moutarde) 43

22. Oak (Chêne) 44
23. Olive (Olivier) 45
24. Pine (Pin sylvestre) 46
25. Red Chestnut (Marronnier rouge) 47
26. Rock Rose (Hélianthème) 48
27. Rock Water (Eau de source) 49
28. Scleranthus (Gnavelle) 50
29. Star of Bethlehem (Étoile de Bethlehem) 51
30. Sweet Chestnut (Châtaigner) 52
31. Vervain (Verveine) 53
32. Vine (Vigne) 54
33. Walnut (Noyer) 55
34. Water Violet (Violette d'eau) 56
35. White Chestnut (Marronnier blanc) 57
36. Wild Oat (Folle avoine) 58
37. Wild Rose (Églantier) 59
38. Willow (Saule) 60
39. Rescue Remedy (Remède de secours) 61

Classement : les sept catégories 62

2. Répertoire des fleurs de Bach 65

3. Correspondances homéopathiques 243
Qu'est-ce que l'homéopathie ? 243
Complémentarité 243
Comment prendre les médicaments homéopathiques ? 244
Les principaux médicaments homéopathiques 245

4. Le chemin de la santé 259

5. Les animaux familiers et les fleurs de Bach 261

Bibliographie 265

Fleurs de bach Original™ et adresses utiles 267

Reproduction de la feuille volante 271

Dr Alain Horvilleur
Fleurs de Bach et homéopathie
Le duo gagnant
Testez éditions (marco pietteur)

Comment utiliser ce livre ?

- Avant d'utiliser les fleurs de Bach, toujours connaître le nom de la maladie en cours.
- Au besoin, faire établir le diagnostic par un médecin, en particulier si le cas est urgent, sérieux ou traînant (depuis quelques heures ou quelques jours selon les circonstances).
- Ne pas s'attaquer à une maladie grave, en tout cas ne pas se contenter des fleurs de Bach. Recevoir en même temps le traitement médical approprié.

COMMENT CHOISIR LES ÉLIXIRS FLORAUX ?

- Pour bien choisir l'élixir floral qui vous convient laissez-vous guider par les impressions, angoisses, peurs, sentiments que vous éprouvez, votre humeur ou tout autre état émotionnel apparu en même temps que les symptômes à traiter.
- Sélectionnez l'élixir correspondant en consultant les pages 65 à 241. Si, pour une rubrique donnée, vous n'arrivez pas à trancher entre plusieurs élixirs prenez celui qui est suivi d'un astérisque*.
- Confirmez au besoin la sélection en consultant la liste alphabétique des fleurs de Bach (au verso ou pages 22 à 61).
- Pour ajouter un médicament homéopathique en rapport avec cet élixir reportez-vous aux pages 22 à 61, puis consultez la liste alphabétique des pages 245 à 257 pour confirmation.

COMMENT LES PRENDRE ?

- États émotionnels récents. Prendre deux gouttes matin et soir de l'élixir sélectionné, jusqu'à amélioration. Les mettre au fond d'un verre avec un peu d'eau de source. Conserver le mélange quelques secondes sous la langue avant d'avaler. En cas d'hésitation on peut verser deux gouttes de plusieurs élixirs (avec un maximum de 5) dans le même verre.
- États émotionnels anciens. Préparer à l'avance dans un flacon compte-gouttes en verre fumé de 30 cm^3 un mélange de quatre gouttes d'un ou plusieurs élixirs (5 au maximum) avec de l'eau de source. Secouer avant chaque utilisation. Prendre deux gouttes matin et soir pendant un mois. Conserver les gouttes quelques instants sous la langue avant d'avaler.

Liste des fleurs de Bach

1 • Agrimony (Aigremoine). **Tendance à cacher ses soucis à tout prix.**
2 • Aspen (Tremble). **Peur sans raison apparente.**
3 • Beech (Hêtre). **Intolérance.**
4 • Centaury (Petite centaurée). **Soumission.**
5 • Cerato (Plumbago). **Recherche systématique du conseil des autres.**
6 • Cherry Plum (Prunier myrobolan). **Peur de perdre le contrôle de soi.**
7 • Chestnut Bud (Bourgeon du marronnier d'Inde). **Tendance à toujours répéter les mêmes erreurs.**
8 • Chicory (Chicorée sauvage). **Possessivité.**
9 • Clematis (Clématite blanche). **Humeur rêveuse.**
10 • Crab Apple (Pommier sauvage). **Sentiment d'impureté.**
11 • Elm (Orme champêtre). **Tendance à se sentir dépassé par les responsabilités.**
12 • Gentian (Gentiane). **Découragement au plus petit obstacle.**
13 • Gorse (Ajonc). **Désespoir total.**
14 • Heather (Bruyère commune). **Besoin d'un auditoire.**
15 • Holly (Houx). **Besoin de vengeance.**
16 • Honeysuckle (Chèvrefeuille). **Nostalgie du passé.**
17 • Hornbeam (Charme). **Tendance à tout repousser au lendemain.**
18 • Impatiens (Balsamine). **Impatience.**
19 • Larch (Mélèze). **Tendance à ne rien tenter par certitude de l'échec.**
20 • Mimulus (Mimule). **Peur de tout.**
21 • Mustard (Moutarde). **Tristesse sans raison apparente.**
22 • Oak (Chêne). **Fatigue à force de s'imposer un fardeau trop lourd.**
23 • Olive (Olivier). **Épuisement total.**
24 • Pine (Pin sylvestre). **Culpabilité.**
25 • Red Chestnut (Marronnier rouge). **Peur pour les autres.**
26 • Rock Rose (Hélianthème). **Peur panique.**
27 • Rock Water (Eau de source). **Rigueur extrême.**
28 • Scleranthus (Gnavelle). **Indécision.**
29 • Star of Bethlehem (Étoile de Bethlehem). **Choc émotionnel ou physique.**
30 • Sweet Chestnut (Châtaigner). **Prostration mentale.**
31 • Vervain (Verveine). **Exaltation.**
32 • Vine (Vigne). **Domination.**
33 • Walnut (Noyer). **Besoin de briser les liens.**
34 • Water Violet (Violette d'eau). **Distance vis-à-vis des autres.**
35 • White Chestnut (Marronnier blanc). **Idées fixes.**
36 • Wild Oat (Folle avoine). **Difficultés à trouver sa voie.**
37 • Wild Rose (Églantier). **Résignation.**
38 • Willow (Saule). **Sentiment d'injustice.**
39 • Rescue Remedy (« Remède de Secours »). **Formule d'urgence.**