

# La Drôme Provençale®



Système de contrôle CEE - ECOCERT F-32600

26150 DIE FRANCE



selon la méthode du Dr Bach

## ELIXIRS FLORAUX BIOLOGIQUES

La Drôme Provençale®





## Elixir de secours

### INDEX ALPHABETIQUE

N° 1	Aigremoine	<i>Agrimonia eupatoria</i>	Agrimony	15
N° 2	Ajanc		Gorse	8
N° 3	Bourgeon de Marronnier	<i>Aesculus hippocastanum gemmæ</i>	Chestnut bud	10
N° 4	Bruyère	<i>Calluna vulgaris</i>	Heather	13
N° 5	Centaurée	<i>Centaurium umbellatum</i>	Centaury	15
N° 6	Charme	<i>Carpinus betulus</i>	Hornbeam	8
N° 7	Châtaignier	<i>Castanea sativa</i>	Sweet chestnut	18
N° 8	Chêne	<i>Quercus robur</i>	Oak	19
N° 9	Chèvrefeuille	<i>Lonicera caprifolium</i>	Honeysuckle	11
N° 10	Chicorée	<i>Cichorium intybus</i>	Chicory	21
N° 11	Clematite	<i>Clematis vitalba</i>	Clematis	10
N° 12	Dame d'Onze Heures	<i>Ornithogalum umbellatum</i>	Star of Bethlehem	18
N° 13	Eau de Roche	<i>Aqua e sato</i>	Rock water	22
N° 14	Églantier	<i>Rosa canina</i>	Wild rose	12
N° 15	Folle avoine	<i>Bromus ramosus</i>	Wild oat	9
N° 16	Gentiane	<i>Gentiana lutea</i>	Gentian	7
N° 17	Gravellie	<i>Scleranthus annuus</i>	Scleranthus	8
N° 18	Hélianthème	<i>Helianthemum nummularium</i>	Rock rose	5
N° 19	Hêtre	<i>Fagus sylvatica</i>	Beech	22
N° 20	Hottonie des marais	<i>Hottonia palustris</i>	Water violet	14
N° 21	Houx	<i>Ilex aquifolium</i>	Holly	16
N° 22	Impatiente	<i>Impatiens glandulifera</i>	Impatiens	13
N° 23	Marronnier blanc	<i>Aesculus hippocastanum</i>	White chestnut	12
N° 24	Marronnier rouge	<i>Aesculus carnea</i>	Red chestnut	6
N° 25	Mélèze	<i>Larix decidua</i>	Larch	17
N° 26	Mimulus	<i>Mimulus guttatus</i>	Mimulus	5
N° 27	Moutarde	<i>Sinapis arvensis</i>	Mustard	11
N° 28	Noyer	<i>Juglans regia</i>	Walnut	16
N° 29	Olivier	<i>Olea europaea</i>	Olive	11
N° 30	Orme	<i>Ulmus procera</i>	Elm	18
N° 31	Pin	<i>Pinus sylvestris</i>	Pine	17
N° 32	Plumbago	<i>Ceratostigma willmottiana</i>	Cerato	7
N° 33	Pommier sauvage	<i>Malus pumila</i>	Crab apple	20
N° 34	Prunus	<i>Prunus cerasifera</i>	Cherry plum	6
N° 35	Saule	<i>Salix viminalis</i>	Willow	19
N° 36	Tremble	<i>Populus tremula</i>	Aspen	6
N° 37	Verveine	<i>Verbena officinalis</i>	Vervain	21
N° 38	Vigne	<i>Vitis vinifera</i>	Vine	22
N° 39	Elixirs de secours	<i>Remedium solutare</i>	First aid essence	23

### N° 39 Elixir de secours

#### Remedium salutare

#### First aid essence

Ce remède, constitué de cinq élixirs floraux différents, est destiné à pallier aux états d'urgence. Il convient, par conséquent, de le garder toujours à portée de main puisqu'il peut soulager lors de circonstances exceptionnelles soudaines.

#### L'ÉLIXIR DE SECOURS EST COMPOSÉ DE :

- la Dame d'onze heures qui aide à surmonter un traumatisme,
- l'Hélianthème pour lutter contre la panique,
- l'Impatiente qui diminue la tension nerveuse,
- le Prunus pour retrouver une tranquillité d'esprit,
- la Clematite pour éviter une perte de conscience.

#### L'ELIXIR DE SECOURS EST PLUS PARTICULIÈREMENT UTILE :

- avant d'avoir à affronter un événement stressant (examen, visite chez le dentiste, entretien d'embauche ...),
- suite à un accident, en tant que victime ou témoin,
- après avoir subi un choc émotionnel dû à une mauvaise nouvelle,
- suite à une grande frayeur.

Par ailleurs, l'élixir de secours peut également s'administrer sous forme de compresses, de bandages ou de pomade pour soulager les foulures, les contusions, les brûlures et les éruptions cutanées.

N° 38	Vigne	<i>Vitis vinifera</i>	Vigne
EMOTIONS NÉGATIVES RÉSENTIÈS Domination impolyable	EFFECTS POSITIFS En prenant la Vigne, on apprend à déléguer ses pouvoirs et à devenir plus compréhensif envers les autres		

#### DANS QUELS CAS UTILISER LA VIGNE?

La Vigne constitue une plante de choix:

- pour les personnes dominatrices qui sont insensibles à l'opinion des autres,
- pour les personnes qui sont prêtes à tout pour assouvir leur besoin de réussite et de dirigeisme.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les "sujets-Vigne" démontrent souvent une grande cruauté; ce sont, par exemple, des pères autoritaires ou des chefs de service dont le seul mot d'ordre est "exécuter". Ce caractère peut se traduire chez l'individu par des problèmes de circulation ou d'articulation dus à une tension extrême. Les enfants qui frappent un peu trop systématiquement sur leur camarades pourraient également être soulagés par la Vigne.

N° 19	Hêtre	<i>Fagus sylvatica</i>	Beech
EMOTIONS NÉGATIVES RÉSENTIÈS Intolérance	EFFECTS POSITIFS EFFET POSITIF		

C'est avec le Hêtre que l'on peut retrouver une capacité de jugement constructif qui peut aider à mieux comprendre les autres et leur différence

#### DANS QUELS CAS UTILISER LE HÊTRE?

Le Hêtre est à conseiller:

- aux personnes qui émettent des jugements hâtifs et subjectifs sur les autres,
- aux personnes qui ne voient que les côtés négatifs des autres,
- aux membres de groupes qui se sentent supérieurs aux autres.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

L'état d'esprit vécu par le sujet-Hêtre dénote souvent un comportement arrogant nourri de nombreux préjugés. Cette manière d'être a souvent tendance à irriter l'enourage en créant ainsi son propre isolement et une forte tension interne.

N° 13	Eau de roche	<i>Aqua e saxo</i>	Rock water
EMOTIONS NÉGATIVES RÉSENTIÈS Autodiscipline sévère	EFFECTS POSITIFS EFFET POSITIF		

L'Eau de Roche aide l'individu à retrouver souplesse intellectuelle et goût pour les besoins vitaux

#### DANS QUELS CAS UTILISER L'EAU DE ROCHE?

L'Eau de Roche est à recommander:

- aux personnes qui vivent selon des principes et des théories très strictes qui les privent de certains plaisirs de la vie,
- à ceux qui recherchent un idéal et qui sont persuadés de suivre le bon chemin même si celui-ci engendre des contraintes surhumaines.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

L'état d'Eau de roche se manifeste souvent par des signes extérieurs de stress dus à des besoins vitaux refoulés. On retrouve notamment cet état chez les personnes qui recherchent la perfection sans jamais s'accorder de flexibilité.



## La Drôme Provençale®

### LES ÉLIXIRS FLORAUX DU DR BACH

Le Dr. Edward Bach (1886-1936) partait du principe selon lequel certains états émotionnels négatifs peuvent avoir une influence néfaste sur notre bien-être corporel; ainsi, pluôt que de soulager directement un dysfonctionnement physique, le Dr. Bach préconisait le rétablissement d'un équilibre psychologique basé sur l'utilisation de 38 fleurs différentes, que l'on retrouve sur des plantes, des arbustes et des arbres à l'état sauvage.

### LES PYRÉNÉES ORIENTALES: UN SITE IDÉAL

Le Dr. Bach souhaitait, pour pouvoir profiter au maximum de l'énergie des fleurs, qu'elles soient récoltées dans des lieux non pollués.

Les élixirs floraux de La Drôme Provençale® répondent parfaitement à ce critère. La Drôme Provençale® recueille les fleurs de Bach dans les Pyrénées Orientales, sur les flancs du Mont Canigou où se trouve un site riche d'une nature encore sauvage. Dans cette région isolée, la faune et la flore bénéficient d'un équilibre écologique stable.

### LES ÉLIXIRS FLORAUX DE LA DRÔME PROVENÇALE®: UNE ÉLABORATION DANS LES RÈGLES DE L'ART

Les élixirs floraux de La Drôme Provençale® sont préparés par un biodynamiste qui se base sur les principales du Dr. Bach: la solarisation ou l'ébullition. L'élixir mère ainsi obtenu est ensuite dynamisé dans du Cognac biologique au sein de nos laboratoires pour être commercialisé en flacon de 10ml.

### LES ÉLIXIRS FLORAUX ET LEURS EFFETS

La méthode du Dr Bach est basée sur le principe qu'il émane de certaines fleurs une force harmonisante et positive, une force énergétique que nos instruments d'analyse scientifique sont incapables de détecter.

# LE DOCTEUR BACH A DÉCOUVERT LE MOYEN DE FAIRE PASSER CETTE FORCE DANS "LES ELIXIRS FLORAUX DU DOCTEUR BACH"

Cette méthode ne prétend pas être la solution à tous les désagréments physiques ou moraux que l'on peut rencontrer, mais elle peut jouer un rôle de sauveur non négligeable dans le cas de déséquilibres externes et/ou internes pour maintenir le patient dans un état psychique harmonieux.

## LES ÉLIXIRS FLORAUX: UN CHOIX JUDICIEUX ET UNE UTILISATION TRÈS SIMPLE

Le Dr. Bach tenait à ce que sa méthode soit accessible au grand public, un public ne jouissant d'aucune formation spécifique en matière de médecine ou de psychologie.  
Le Dr. Bach a notamment répertorié sept groupes de remèdes:

**ETATS DE PEUR:** Tremble, Prunus, Mimulus, Marronnier rouge, Hélanthème

**ETATS D'INCERTITUDE:** Plumbago, Gentiane, Aloïc, Charme, Gnavelle, Folle avoine

**ETATS D'INTERET INSUFFISANT POUR LE PRÉSENT:** Bourgeon de Marronnier, Clémoline, Chevrefeuille, Moutarde, Olivier, Marronnier blanc, Eglonnier

**ETATS DE SOLITUDE:** Bruyère, Impatiante, Hottonie des marais

**ETATS D'HYPERSENSIBILITÉ AUX INFLUENCES ET AUX IDÉES:**  
Aigremoine, Centaurée, Noyer, Houx

**ETATS D'ABATTEMENT ET DE DESÉSPORI:** Mélèze, Pin, Orme, Châtaignier, Dame d'Onze heures, Soule, Chêne, Pommier sauvage

**ETATS DE PRÉOCCUPATION EXCESSIVE ENVERS AUTRUI:** Chicorée, Verveine, Vigne, Hêtre, Eau de roche

Ce livre a, par ailleurs, été créé pour vous aider à choisir l'élixir adéquat, celui qui correspondra le mieux à votre état d'esprit à un moment donné. A l'aide d'un mot clé caractérisant un sentiment spécifique (= émotions négatives ressenties), vous trouverez l'élixir préconisé. Une description plus précise de l'état et de ses manifestations est proposée pour chacun des élixirs afin de mieux vous conforter dans votre choix. L'effet positif engendré par la prise de l'élixir choisi est également décrit pour chaque fleur.

## LES ÉLIXIRS FLORAUX: ADMINISTRATION ET CONSEILS D'UTILISATION

Dans les situations chroniques, nous conseillons d'utiliser l'élixir quatre fois par jour, à intervalles réguliers. Le remède peut aussi s'utiliser plus souvent, si l'on en ressent le besoin. Il faut en tout cas y recourir le matin à jeun et le soir au coucher: déposer, sous la langue, 4 gouttes du remède, sans que la longue touche le comprégeoutte (on peut aussi diluer les 4 gouttes dans de l'eau). Nous déconseillons l'utilisation simultanée de plus de 5 remèdes. En cas de crises aiguës (cf remède de secours), on diluera 4 gouttes dans un verre d'eau que l'on boira à petites gorgées, à intervalles brefs, aussi souvent que le besoin s'en fera ressentir.

## Etats de préoccupation excessive envers autrui

### N° 10 Chicorée *Cichorium intybus* Chicory

Emotions négatives ressenties  
Attitude possessive exagérée  
Demande de reconnaissance

#### DANS QUELS CAS UTILISER LA CHICORÉE?

La Chicorée s'adresse plus particulièrement:  
• aux personnes qui se mêlent de tout et ne peuvent s'empêcher de donner leur avis sur tout,  
• aux personnes qui donnent pour recevoir, qui ressentent un besoin de reconnaissance excessif.

### DANS QUELS CAS UTILISER LA VERVEINE?

Le caractère Chicorée se retrouve souvent chez les mères trop possessives qui s'émissent d'une manière trop indiscrète dans la vie de leur enfants. Il se manifeste aussi généralement par un besoin constant d'attirer l'attention sur soi [en particulier pour les enfants].

### N° 37 Verveine *Verbena officinalis* Vervain

Emotions négatives ressenties  
Fanatisme

La Verveine apprend l'individu à se maîtriser. Il scit ainsi argumenter son point de vue sans pour cela imposer ses idées à autrui

### DANS QUELS CAS UTILISER LA VERVEINE?

La Verveine peut aider:  
• les personnes fanatiques à l'extrême,  
• les personnes qui sacrifient leur vie et éprouve leur énergie pour une bonne cause,  
• les personnes qui font tout pour imposer leur opinion aux autres jusqu'à les lasser.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Le caractère Verveine peut se manifester, chez l'individu, par une irritation ou un énervement incontrôlé lorsqu'il n'arrive pas à ses fins. Les personnes à qui s'adresse la Verveine sont, par ailleurs, souvent impulsives et idéalistes. Cet état se rencontre également souvent chez les enfants très actifs qui n'arrivent pas s'endormir le soir.

# Ets de peur



N° 33	Pommier sauvage	<i>Malus pumila</i>	Crab apple
EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES	Sens excessif de la propreté Souci extrême du détail	EFFETS POSITIFS	Le Pommier sauvage aide à relâcher certains détails et à les transformer en éléments moins négatifs

## DANS QUELS CAS UTILISER LE POMMIER SAUVAGE?

Le Pommier sauvage est à recommander:

- aux personnes qui sont obsédées par la propreté,
- aux personnes qui se lèvent sans cesse les mains et/ou qui prennent des douches plusieurs fois par jour,
- aux personnes qui ont tendance à faire d'un petit problème toute une montagne,
- aux personnes, qui en se focalisant sur des détails, passent à côté de choses ou d'événements beaucoup plus importants,
- aux personnes qui craignent toujours que les aliments ne soient avariés.

## MANIFESTATIONS DIVERSES

Les individus à tendance Pommier sauvage sont généralement des personnes très maniaques. Leur souci excessif du détail et de la pureté peut même les conduire à un certain dégoût de leur personne.

	N° 18	Hélianthème	<i>Helianthemum nummularium</i>	Rock Rose
	EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES	EFFETS POSITIFS	L'Hélianthème aide à retrouver courage et force mentale	

## DANS QUELS CAS UTILISER L'HÉLIANTHÈME?

L'Hélianthème est à conseiller:

- aux personnes qui perdent facilement le contrôle d'elles-mêmes,
- aux personnes qui ne peuvent pas maîtriser ce qui leur arrive [cas des enfants],
  - en cas d'urgence : événements graves, accidents, maladies soudaines,
  - en cas de coups de soleil ou d'insolation,
  - suite à un cauchemar ...

## MANIFESTATIONS DIVERSES

Les "sujets-Hélianthème" peuvent ressentir de forts sentiments de panique, de terreur et d'angoisse ainsi que des palpitations.

	N° 26	Mimulus	<i>Mimulus guttatus</i>	Mimulus
	EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES	EFFETS POSITIFS	Le Mimulus aide à passer outre ses angoisses; il même activement à une victoire sur soi-même	

## DANS QUELS CAS UTILISER LE MIMULUS?

Le Mimulus peut aider:

- les personnes qui ont peur de tout ce qui est mauvais et/ou négatif,
- les personnes timides,
- les personnes qui ont des angoisses connues comme la peur du noir, du vide, de la mort, de la maladie, des araignées ...
- les enfants qui pleurent sans raison apparente ou bien systématiquement lorsqu'ils voient un chien par exemple.

## MANIFESTATIONS DIVERSES

Ces émotions spécifiques peuvent se manifester par une forte tension nerveuse, des bégaiements, des sueurs excessives ; on rougit, on tremble, on stresse ...



**N° 34 Prunus *Prunus cerasifera* Cherry plum**

**EMOTIONS NÉGATIVES RESENTEES**  
Peur de débordements émotionnels

**EFFETS POSITIFS**  
Le Prunus contribue à retrouver une certaine tranquillité d'esprit en développant force et énergie mentale

**DANS QUELS CAS UTILISER LE PRUNUS?**

Le Prunus s'adresse:

- aux personnes qui ont la sensation de pouvoir commettre des actes terribles, voir même de sombrer dans la folie,
- aux personnes qui souhaitent du mal à autrui,
- aux personnes ayant des idées suicidaires.

**MANIFESTATIONS DIVERSES**

Les "sujets-Prunus" sont ainsi victimes d'une tension intérieure incontrôlable qui peuvent les amener à des crises de violence ou d'hystérie.

**N° 36 Tremble *Populus tremula* Aspen**

**EFFETS POSITIFS**

Le Tremble favorise la confiance intérieure et conduit ainsi à un sentiment de sécurité accru

**DANS QUELS CAS UTILISER LE TREMBLE?**

Le Tremble constitue une aide précieuse:

- aux personnes qui ressentent des craintes vagues dont l'origine est inconnue ou inexpliquée,
- aux enfants qui ont besoin de lumière pour s'endormir,
- aux personnes paranoïadiques,
- aux personnes obsédées par la peur d'être agressées.

**MANIFESTATIONS DIVERSES**

Les "sujets-tremble" connaissent souvent des tremblements, une transpiration excessive et ont l'estomac noué. Ils peuvent également être fréquemment victimes de cauchemars et/ou de somnambulisme.

**N° 24 Marronnier rouge *Aesculus carnea* Red chestnut**

**EFFETS POSITIFS**

Emotions négatives ressenties  
Souci excessif pour soi-même  
Le Marronnier rouge développe la capacité à se contrôler et à guider ses proches d'une manière positive

**DANS QUELS CAS UTILISER LE MARRONNIER ROUGE?**

Le Marronnier rouge vient au secours:

- des personnes qui projettent leurs propres craintes sur les autres,
- des personnes qui se préoccupent à l'excès pour leurs proches et qui ont toujours peur qu'il leur arrive quelque chose de grave,
- des parents qui ne dorment pas tant que leurs enfants ne sont pas rentrés,
- des mères trop évaluantes envers leurs enfants,
- Le Marronnier rouge s'adresse notamment aux personnes qui exercent des professions comme infirmiers/infirmières ou éducateurs/éducatrices.

**MANIFESTATIONS DIVERSES**

On retrouve souvent chez les "sujets-Marronnier rouge" une participation indiscrète à la vie d'autrui, des liens affectifs extrêmes envers une personne tout comme une surprotection de son entourage.

**MANIFESTATIONS DIVERSES**

l'émotion vécue par les "sujets-Dame de onze heures" se traduit souvent par une tristesse profonde et des troubles physiques [troubles de l'audition, de la vue ou de la marche]. Ces individus sont sensibles et ont facilement recours à des drogues.

**N° 35 Saule *Salix vittellina* Willow**

**EMOTIONS NÉGATIVES RESENTEES**  
Rancune

**EFFETS POSITIFS**  
Le Saule aide les personnes à devenir davantage maîtres de leur destin sans accuser forcément les autres d'être les malveillants

**DANS QUELS CAS UTILISER LE SAULE?**

Le Soule est à conseiller:

- aux personnes qui rendent fâche leur entourage pour les malheurs qui leur arrivent,
- aux personnes qui se sentent tout le temps victimes d'injustice,
- aux personnes qui envient le bonheur des autres.

**MANIFESTATIONS DIVERSES**

Le caractère Soule se manifeste généralement par une agressivité intérieure et une amertume rancunière. Les individus victimes de ce sentiment sont souvent pessimistes et ont également tendance à gâcher la bonne humeur de leur entourage.

**N° 8 Chêne *Quercus robur* Oak**

**EMOTIONS NÉGATIVES RESENTEES**  
Persévérance exagérée

**EFFETS POSITIFS**  
Le Chêne aide à devenir encore plus résistant tout en modérant son comportement

**DANS QUELS CAS UTILISER LE CHÊNE?**

Le chêne peut être utilisé:

- chez les personnes qui continuent à lutter malgré une souffrance devenue insoutenable,
- chez les personnes qui sont sans cesse à la recherche de performance surhumaine,
- chez les personnes qui refusent d'admettre qu'elles sont éprouvées et qui continuent malgré tout à travailler avec acharnement.

**MANIFESTATIONS DIVERSES**

Les "sujets-Chêne" montrent généralement un courage à toute épreuve sans jamais se plaindre. Ce sont souvent des personnes fortes physiquement qui peuvent connaître soudainement un état d'épuisement extrême.



## Elm

N° 30	Orme	<i>Ulmus procera</i>	Elm
<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESENTEES</b>			
Incapacité temporaire à s'acquitter d'une tâche			

### DANS QUELS CAS UTILISER L'ORME?

L'Orme est à recommander :

- aux personnes compétentes qui arrivent à saturation et n'arrivent plus à prendre de décision ou à accomplir certaines tâches,
- aux personnes qui ont l'impression de ne plus être à la hauteur.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les "sujets-Orme" sont souvent des personnes solides et altruistes, qui n'ont habituellement aucun problème à assumer d'importantes responsabilités. Cet état d'esprit Orme se rencontre souvent chez les chefs d'entreprise, chez les mères de familles nombreuses...etc.

N° 7	Châtaignier	<i>Castanea sativa</i>	Sweet chestnut
<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESENTEES</b>			

Désespoir extrême

#### EFFECTS POSITIFS

Le Châtaignier favorise le retour de l'espérance chez l'individu qui se sent totalement perdu. Le Châtaignier aide à retrouver la foi en la vie et en des jours meilleurs

### DANS QUELS CAS UTILISER LE CHÂTAIGNIER?

Le Châtaignier peut venir au secours :

- des personnes qui ont atteint le désespoir le plus absolu,
- des personnes qui ne supportent plus de souffrir car elles ont dépassé les limites de ce qu'elles peuvent endurer.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Il est très difficile de reconnaître cet état d'esprit chez une personne; car, en effet, le sujet Châtaignier ne parle pas de son désarroi et il est souvent confronté à l'isolement.

N° 12	Dame d'onze heures	<i>Ornithogalum umbellatum</i>	Star of Bethlehem
<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESENTEES</b>			
Difficulté à surmonter un choc			

### DANS QUELS CAS UTILISER LA DAME DE ONZE HEURES?

La Dame de onze heures peut être utilisée :

- pour les personnes qui ont subi un choc, qu'il soit d'ordre physique ou moral, et qui n'arrive pas à se consoler,
- pendant et après un accouchement,
- pour les femmes qui ont des règles abondantes.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

On reconnaît les "sujets-plumbago" par le fait qu'ils changent sans cesse d'avis. Ils sont très influençables et ont constamment besoin de l'avis des autres. Ce sont souvent des personnes qui suivent systématiquement la mode.

N° 32	Plumbago	<i>Ceratostigma willmottiana</i>	Plumbago
<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESENTEES</b>			
Manque de confiance en sa propre intuition			

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

La Gentiane développe la capacité à affronter les obstacles et la confiance en soi

### DANS QUELS CAS UTILISER LA GENTIANE?

La Gentiane est plus particulièrement préconisée :

- pour les personnes qui se découragent facilement après un échec ou face à des difficultés rencontrées sur leur parcours,
- pour les personnes qui ne croient en rien,
- en cas de dépression dont on connaît les causes.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Ce pessimisme se manifeste souvent par une déprime dans laquelle le "sujet-Gentiane" se complait.

### DANS QUELS CAS UTILISER LA DAME DE ONZE HEURES?

La Dame de onze heures peut être utilisée :

- pour les personnes qui ont subi un choc, qu'il soit d'ordre physique ou moral, et qui n'arrive pas à se consoler,
- pendant et après un accouchement,
- pour les femmes qui ont des règles abondantes.

Etats d'abattement et de désespoir

Etats d'abattement et de désespoir	
<b>N° 2 Ajonc</b>	<i>Ulex europeus</i>
<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTEES</b> Désespoir et résignation à son propre sort	<b>EFFETS POSITIFS</b> L'Ajonc peut constituer une aide importante pour: <ul style="list-style-type: none"><li>• ceux qui souffrent d'une maladie chronique et qui ont l'impression d'avoir déjà tout essayé pour s'en sortir,</li><li>• ceux qui ont grandi à proximité d'un malade chronique,</li><li>• ceux qui suivent divers traitements mais qui n'y croient pas.</li></ul>
<b>MANIFESTATIONS DIVERSES</b>  les sensations rencontrées typiquement chez les "sujets-Ajonc" se manifestent souvent par une perte du goût à la vie; ce sont des personnes résignées qui ne trouvent plus la force de lutter.	<b>MANIFESTATIONS DIVERSES</b>  l'Ajonc a pour but de développer une force intérieure qui aide à retrouver espoir et à considérer les événements d'une manière moins négative
<b>DANS QUELS CAS UTILISER L'AJONC?</b>  Le Charme s'adresse plus spécifiquement: <ul style="list-style-type: none"><li>• aux personnes qui s'avouent vaincues devant les tâches de la vie quotidienne,</li><li>• aux personnes qui ont systématiquement recours à des stimulants pour s'en sortir.</li></ul>	<b>DANS QUELS CAS UTILISER LE CHARMÉ?</b>  le Charme dont sont victimes les "sujets-Charme" se manifeste par une grande fatigue, un manque sérieux d'énergie et même parfois une perte de la joie de vivre.
<b>MANIFESTATIONS DIVERSES</b>  Cette lassitude dont sont victimes les "sujets-Charme" se manifeste par une grande fatigue, un manque sérieux d'énergie et même parfois une perte de la joie de vivre.	<b>MANIFESTATIONS DIVERSES</b>  Le charactère Mélèze touche souvent des personnes peu actives et qui ont subi des expériences malheureuses dans le passé.
<b>N° 6 Charme</b>	<i>Carpinus betulus</i>
<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTEES</b> Lassitude mentale	<b>EFFETS POSITIFS</b> Grâce à une énergie retrouvée, le Charme nous convainct de pouvoir faire face à la routine et au quotidien
<b>DANS QUELS CAS UTILISER LE CHARME?</b>  Le Charme s'adresse plus spécifiquement: <ul style="list-style-type: none"><li>• aux personnes qui s'avouent vaincues devant les tâches de la vie quotidienne,</li><li>• aux personnes qui ont systématiquement recours à des stimulants pour s'en sortir.</li></ul>	<b>DANS QUELS CAS UTILISER LE MÉLÈZE?</b>  Le Mélèze peut être conseillé: <ul style="list-style-type: none"><li>• aux personnes qui s'avouent incapables d'avance, qui n'envisagent que l'échec et qui ainsi n'osent rien tenter,</li><li>• aux personnes qui manquent de confiance en elles,</li><li>• aux personnes qui ont une vision complètement négative d'elles-mêmes,</li><li>• aux enfants qui s'accrochent tout le temps à leur parents,</li><li>• aux personnes qui se réfugient dans l'alcool à cause de leur sentiment d'inferiorité.</li></ul>
<b>MANIFESTATIONS DIVERSES</b>  Cette lassitude dont sont victimes les "sujets-Charme" se manifeste par une grande fatigue, un manque sérieux d'énergie et même parfois une perte de la joie de vivre.	<b>MANIFESTATIONS DIVERSES</b>  Le Mélèze favorise le retour d'une confiance en soi en créant chez l'individu la vision de perspectives nouvelles
<b>N° 17 Gnavelle</b>	<i>Scleranthus annuus</i>
<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTEES</b> Indécision capricieuse	<b>EFFETS POSITIFS</b> La Gnavelle favorise le retour d'une forte détermination et d'un équilibre intérieur
<b>DANS QUELS CAS UTILISER LA GNAVELLE?</b>  La Gnavelle est à conseiller: <ul style="list-style-type: none"><li>• aux personnes capricieuses qui n'arrivent pas à se décider entre 2 ou plusieurs décisions,</li><li>• aux personnes qui ont tendance à changer d'avis et d'humeur continuellement.</li></ul>	<b>DANS QUELS CAS UTILISER LE PIN?</b>  Le Pin permet d'aider: <ul style="list-style-type: none"><li>• les personnes qui culpabilisent en permanence,</li><li>• les personnes qui sont prêtes à endosser les fautes des autres,</li><li>• les personnes conscientes à l'extrême.</li></ul>
<b>MANIFESTATIONS DIVERSES</b>  Les "sujets-Gnavelle" montrent particulièrement des alternances capricieuses: <ul style="list-style-type: none"><li>• au niveau mental: celles-ci se manifestent par de fréquentes sautes d'humeur ainsi qu'une nervosité extrême,</li><li>• au niveau physique: passage de l'anorexie à la boulimie, douleurs qui se déplacent dans le corps, mal des transports, nausées de grossesse.</li></ul>	<b>MANIFESTATIONS DIVERSES</b>  Les "sujets-Pin" ont tendance à s'excuser systématiquement [même pour des faits qui ne leur sont pas imputés]. Ce sont des individus souvent éprouvés physiquement et qui ne montrent plus aucune joie de vivre.
<b>N° 25 Mélèze</b>	<i>Larix decidua</i>
<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTEES</b> Complexé d'inferiorité	<b>EFFETS POSITIFS</b> Le Mélèze favorise le retour d'une confiance en soi en créant chez l'individu la vision de perspectives nouvelles
<b>DANS QUELS CAS UTILISER LE MÉLÈZE?</b>  Le Mélèze peut être conseillé: <ul style="list-style-type: none"><li>• aux personnes qui s'avouent incapables d'avance, qui n'envisagent que l'échec et qui ainsi n'osent rien tenter,</li><li>• aux personnes qui manquent de confiance en elles,</li><li>• aux personnes qui ont une vision complètement négative d'elles-mêmes,</li><li>• aux enfants qui s'accrochent tout le temps à leur parents,</li><li>• aux personnes qui se réfugient dans l'alcool à cause de leur sentiment d'inferiorité.</li></ul>	<b>MANIFESTATIONS DIVERSES</b>  Le Mélèze favorise le retour d'une confiance en soi en créant chez l'individu la vision de perspectives nouvelles
<b>N° 31 Pin</b>	<i>Pinus Sylvestris</i>
<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTEES</b> Sentiment de culpabilité	<b>EFFETS POSITIFS</b> Le Pin favorise le pardon envers soi-même. On reconnaît ses erreurs sans qu'elles ne deviennent obsessionnelles
<b>DANS QUELS CAS UTILISER LE PIN?</b>  Le Pin permet d'aider: <ul style="list-style-type: none"><li>• les personnes qui culpabilisent en permanence,</li><li>• les personnes qui sont prêtes à endosser les fautes des autres,</li><li>• les personnes conscientes à l'extrême.</li></ul>	<b>MANIFESTATIONS DIVERSES</b>  Les "sujets-Pin" ont tendance à s'excuser systématiquement [même pour des faits qui ne leur sont pas imputés]. Ce sont des individus souvent éprouvés physiquement et qui ne montrent plus aucune joie de vivre.
<b>Gorse</b>	

N° 28	Noyer	<i>Juglans regia</i>	Walnut	Wildoat
<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES</b>				
Doule lors de changement crucial dans la vie	EFFETS POSITIFS	Le Noyer représente un soutien important pour aider l'individu à vivre ses décisions jusqu'au bout sans se laisser influencer	Difficulté à trouver une orientation	En prenant la Folle Avoine, on stimule la découverte d'un objectif précis en soi

#### DANS QUELS CAS UTILISER LE NOYER ?

- Le Noyer peut aider :
- les personnes qui ont du mal à vivre de grands changements au cours de leur vie parce qu'elles sont souvent retenues par leur passé,
  - les personnes qui se laissent facilement influencées par les autres ou par toute autre circonsistance extérieure lorsqu'elles ont un choix décisif à faire,
  - les personnes peu sûres d'elles-mêmes,
  - en cas de grandes modifications générales dans la vie [nouvelle vie en couple, nouveau travail, changement de domicile, départ à la retraite ...],
  - en cas de changements physiologiques [grossesse, puberté, ménopause ...].

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

On retrouve souvent stress et fragilité chez les personnes à tendance Noyer. Il s'agit, par ailleurs, bien souvent d'un état passager juste au moment de la rupture avec une situation antérieure.

N° 21	Houx	<i>Ilex aquifolium</i>	Holly	
<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES</b>				
Jalousie	EFFETS POSITIFS	Le Houx favorise le sentiment d'amour et la compréhension à l'égard des autres		

#### DANS QUELS CAS UTILISER LE HOUX ?

Le Houx constitue une aide précieuse :

- pour les personnes qui envient les autres sur tous les points de vue,
- pour les personnes qui ont tendance à se rejouir du malheur des autres,
- pour un enfant qui vient d'avoir un petit frère ou une petite sœur,
- pour les gens qui soupçonnent facilement les autres.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

On note chez les sujets-Houx une méfiance quasi permanente envers leur entourage ; leur caractère peut se traduire par une mauvaise humeur ou même des crises de colère subites en particulier chez les enfants.

#### DANS QUELS CAS UTILISER LA FOLLE AVOINE ?

La Folle avoine représente un soutien important :

- pour les personnes qui, malgré leur intelligence et leur ambition, n'arrivent pas à trouver leur voie,
  - aux personnes qui passent à côté de nombreuses opportunités par incertitude,
  - aux personnes qui pratiquent sans cesse des activités différentes, qui essaient un peu tout sans vraiment faire quelque chose jusqu'au bout.
- MANIFESTATIONS DIVERSES**
- Ainsi les "sujets-Folle" avoine subissent souvent l'ennui, la frustration et surtout l'insatisfaction par rapport à eux-mêmes.

# Etats d'intérêt insuffisant pour le présent



## Etats d'hypersensibilité aux influences et aux idées



### N° 3 Bourgeon de marronnier *Aesculus hippocastanum gemmace* Chestnut bud

**EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES**

Erreurs répétées

**EFFETS POSITIFS**  
Le Bourgeon de Marronnier favorise un bon apprentissage de la vie. On apprend de notre passé pour ne plus renouveler les mêmes erreurs dans le futur

### DANS QUELS CAS UTILISER LE BOURGEON DE MARRONNIER?

Le Bourgeon de Marronnier peut être préconisé:

- pour les personnes qui commettent toujours les mêmes erreurs,
- pour les personnes qui tournent la page trop rapidement sur certains événements de leur vie et ne tirent pas profit de leurs expériences passées,
- aux personnes à qui il arrive toujours les mêmes problèmes.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Le caractère Bourgeon de Marronnier se manifeste chez l'individu par un manque d'attention, une indifférence totale et/ou une certaine insouciance. Par ailleurs, le sujet-Bourgeon Marronnier aura tendance à subir la même douleur ou à ressentir le même état émotionnel toujours dans les mêmes circonstances.

### N° 1 Aigremoine *Agrimonia eupatoria* Agrimony

**EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES**

Insouciance feinte

**EFFETS POSITIFS**  
L'Aigremoine vise à développer l'optimisme réel de l'individu en l'aident à relativiser les problèmes

### DANS QUELS CAS UTILISER L'AIGREMOINE?

L'Aigremoine est recommandée:

- aux personnes qui, derrière une façade gaieté et optimisme, souffrent d'importantes craintes intérieures ou de problèmes physiques,
- aux personnes qui refusent d'admettre qu'elles ont des soucis,
- aux personnes qui tombent facilement sous la dépendance de l'alcool ou de diverses drogues,
- aux enfants qui arrêtent rapidement de pleurer pour dissimuler leur chagrin.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

La tendance Aigremoine se révèle généralement chez les individus sensibles ou à la période de l'adolescence par exemple. Cet état d'esprit se dévoile parfois en rongeant ses ongles ou par des éruptions cutanées.

### N° 11 Clématisite *Clematis vitalba* Clematis

**EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES**

Retrait dans un monde

**EFFETS POSITIFS**  
Avec la Clématisite, l'individu commence à trouver un sens à la réalité. Il ne la fuit plus pour se réfugier systématiquement dans un monde imaginaire

**DANS QUELS CAS UTILISER LA CLÉMATITE?**  
La Clématisite est à recommander:

- aux personnes distroites qui n'écoutent absolument pas ce qu'on leur dit,
- aux individus qui sont toujours dans la lune et montrent un désintérêt total par rapport à la réalité,
- aux personnes qui, face un problème rencontré, préfèrent nier la réalité pour s'abriter au sein du rêve,
- aux personnes toujours en quête d'un idéal qu'elles n'atteindront jamais car inaccessible,
- en cas d'évanouissement.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Le "sujet-Clématisite" se reconnaît par son comportement rêveur permanent. Différents signes extérieurs peuvent refléter cet état d'âme: manque d'énergie, besoin de beaucoup de sommeil (tendance à s'endormir au volant ou devant la télévision), pieds et mains glaces...  
Par ailleurs, le sujet-Clématisite révèle souvent un grand esprit créatif.

### N° 5 Centaurée *Centaurium umbellatum* Centaury

**EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES**

Gentillesse docile

**EFFETS POSITIFS**  
Avec la Centaurée, on apprend à développer sa personnalité et suivre sa propre volonté

**DANS QUELS CAS UTILISER LA CENTAUREE?**  
La Centaurée s'adresse:

- aux personnes qui ne savent pas dire non,
- aux personnes qui copient les pensées ou les manières d'agir des autres,
- aux personnes qui se mettent au service de quelqu'un en laissant leur propre individualité au second plan,
- aux personnes facilement influençables,
- aux enfants très agités qui ne peuvent pas rester en place.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Le sentiment ressenti par le sujet-Centaurée engendre souvent fatigue et surmenage parce que l'on fait trop.

N° 20	<b>Hottonie des marais</b>	<i>Hottonia palustris</i>	Water violet	N° 9	<b>Chèvrefeuille</b>	<i>Lonicera caprifolium</i>	Honeysuckle
ÉMOTIONS NÉGATIVES RESSENTEES	EFFECTS POSITIFS	L'Hottonie des marais aide à devenir plus humble et à se montrer plus tolérant vis à vis des autres	ÉMOTIONS NÉGATIVES RESSENTEES	EFFECTS POSITIFS	Le Chèvrefeuille permet de gérer son passé différemment, comme un tremplin constructif pour son avenir	DANS QUELS CAS UTILISER LE CHÈVREFEUILLE?	Le Chèvrefeuille s'utilise précisément:
Supériorité prétentieuse	L'Hottonie des marais est à conseiller:	• aux personnes compétentes qui se sentent nettement supérieures aux autres, • aux personnes qui ne se mêlent pas des affaires des autres et qui ne parlent pas non plus de leurs sentiments.	Nostalgie du passé	Le Chèvrefeuille permet de gérer son passé différemment, comme un tremplin constructif pour son avenir	DANS QUELS CAS UTILISER L' HOTTONIE DES MARAIS?	Le Chèvrefeuille s'utilise précisément:	• chez les personnes qui vivent mentalement dans le passé pour éviter de faire face à la réalité, • chez les personnes qui n'entendent plus rien du présent ou du futur, • chez les personnes qui ont du mal à accepter le changement (déménagement, départ en vacances notamment pour les enfants qui partent en colonies ...) et qui ont le mal du pays, • chez les personnes qui sont tendues et qui ont peur de l'avenir.

<b>N° 27</b>	<b>Moutarde</b>	<i>Sinapis arvensis</i>	<b>Mustard</b>
	<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES</b>	<b>EFFETS POSITIFS</b>	
	Mélancolie soudaine et passagère	La Moutarde aide à retrouver une joie intérieure et à vivre sa vie avec gaieté	
<b>DANS QUELS CAS UTILISER LA MOUTARDE ?</b>			
	La Moutarde s'adresse :		
	• aux personnes qui sombrent momentanément dans une tristesse profonde sans raison apparente et sans comprendre ce qui leur arrive.		
<b>MANIFESTATIONS DIVERSES</b>			
	Le "sujet-moutarde" a tendance à vivre sa courte déprime dans l'isolement total en perdant son dynamisme et sa joie de vivre comme si un nuage très sombre venait de tomber sur sa vie.		
<b>N° 29</b>	<b>Olivier</b>	<i>Olea europaea</i>	<b>Olive</b>
	<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES</b>	<b>EFFETS POSITIFS</b>	
	Epuisement physique et mental extrême	L'Olivier vise à se régénérer en puisant dans de nouvelles ressources	

DANS QUELS CAS UTILISER L'OLIVIER?

L'Olivier est à recommander :

- aux personnes qui, après une période très active, se trouvent complètement épuisées tant sur le plan moral que physique,
- suite à une période d'insomnies,
- en cas d'affections physiques éprouvantes,
- aux personnes qui ont trop donné d'elles-mêmes [pour aider un proche par exemple].

L'état d'Olivier se révèle par une lassitude morale et une fatigue physique qui semblent insurmontables. On ressent un sentiment d'immaturité intime et l'on se tendresse à se réfugier dans la communi-

N° 23	Marronnier blanc	<i>Aesculus hippocastanum</i>	White chestnut
EMOTIONS NÉGATIVES RESENTEES Pensées obsédantes			EFFETS POSITIFS Le Marronnier blanc favorise le retour à une séénité mentale

#### DANS QUELS CAS UTILISER LE MARRONNIER BLANC?

- aux personnes qui, chaque soir, ressassent les événements ou discussions de la journée,
- aux personnes qui ont des pensées obsédantes et qui, malgré leur volonté, n'arrivent pas à les chasser,
- aux personnes qui ne cessent de penser à ce qu'elles auraient dû dire ou faire.

#### MANIFESTATIONS RESSENTIES

Le caractère Marronnier blanc peut se manifester par des troubles du sommeil, des migraines, un manque de concentration, des grincements de dents ...



## Etats de solitude

N° 4	Bruyère	<i>Calluna vulgaris</i>	Heather
EMOTIONS NÉGATIVES RESENTEES Egoïsme extrême			EFFETS POSITIFS La Bruyère agit pour aider l'individu à devenir plus compréhensif et à s'intéresser aux autres

#### DANS QUELS CAS UTILISER LA BRUYÈRE?

- La Bruyère est à utiliser:
  - chez les personnes qui ne pensent qu'à leurs propres problèmes et se désintéressent totalement des sentiments des autres,
  - chez les personnes qui ne patient que d'elles mêmes,
  - chez les personnes égoïstes,
  - dans le cas d'enfants qui souhaitent toujours attirer l'attention sur eux,
  - chez les personnes qui ne supportent pas la solitude.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

L'Etat de Bruyère se retrouve souvent auprès des personnes qui parlent beaucoup et accaparent systématiquement la conversation.

N° 14	Églantier	<i>Rosa canina</i>	Wild rose
EMOTIONS NÉGATIVES RESENTEES Résignation et désintérêt			EFFETS POSITIFS L'Églantier a pour but d'intéresser à nouveau l'individu à sa vie et à tout ce qui l'entoure

#### DANS QUELS CAS UTILISER L' EGLANTIER?

- L'Églantier se révèle être un soutien précieux:
  - pour les personnes qui se résignent sur leur sort sans que celui-ci ou les circonstances soient forcément défavorables,
  - pour les personnes qui ont perdu tout intérêt pour la vie et qui n'espèrent plus aucun changement sur leur propre sort,
  - après une fausse couche.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les "sujets-Églantier" peuvent se reconnaître par leur passivité et leur perte d'initiative. Ils ont perdu la joie de vivre, ont l'air toujours mélancoliques, sont souvent fatigués, parlent d'une voix monotone et démontrent un regard peu expressif.

N° 22	Impatiente	<i>Impatiens glandulifera</i>	Impatiens
EMOTIONS NÉGATIVES RESENTEES Manque de patience			EFFETS POSITIFS L'Impatiente favorise le retour d'une grande délicatesse et d'une plus grande compréhension vis à vis de son entourage

#### DANS QUELS CAS UTILISER L' IMPATIENTE?

- L'impatiente peut aider:
  - les personnes toujours pressées,
  - les personnes assez vives d'esprit et qui ne supportent pas la lenteur des autres,
  - les personnes peu diplomates lorsqu'elles ont des critiques à formuler,
  - les personnes qui prennent des décisions trop rapidement,
  - les enfants très agités qui ne peuvent rester en place.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les "sujets-impatientes" se montrent souvent impulsifs et ressentent une grande tension mentale pouvant mener à une certaine frustration. Sur le plan physique, ils peuvent souffrir de douleurs spasmodiques. Ces personnes ont généralement un grand besoin d'indépendance.



N° 23	Marronnier blanc	<i>Aesculus hippocastanum</i>	White chestnut
EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES			EFFETS POSITIFS

Pensées obsédantes Le Marronnier blanc favorise le retour à une sérénité mentale

#### DANS QUELS CAS UTILISER LE MARRONNIER BLANC ?

Le Marronnier blanc constitue une aide précieuse :

- aux personnes qui, chaque soir, ressassent les événements ou discussions de la journée,
- aux personnes qui ont des pensées obsédantes et qui, malgré leur volonté, n'arrivent pas à les chasser,
- aux personnes qui ne cessent de penser à ce qu'elles auraient dû dire ou faire.

#### MANIFESTATIONS RESSENTIES

Le caractère Marronnier blanc peut se manifester par des troubles du sommeil, des migraines, un manque de concentration, des grincements de dents ...



N° 14	Églantier	<i>Rosa canina</i>	Wild rose
EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES			EFFETS POSITIFS

Résignation et désintérêt  
Manque de patience

L'Églantier a pour but d'intéresser à nouveau l'individu à sa vie et à tout ce qui l'entoure

#### DANS QUELS CAS UTILISER L' ÉGLANTIER ?

L'Églantier se révèle être un soutien précieux :

- pour les personnes qui se résignent sur leur sort sans que celui-ci ou les circonstances soient forcément défavorables,
- pour les personnes qui ont perdu tout intérêt pour la vie et qui n'espèrent plus aucun changement sur leur propre sort,
- après une fausse couche.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les "sujets-Eglantier" peuvent se reconnaître par leur passivité et leur perte d'initiative. Ils ont perdu la joie de vivre, ont l'air toujours mélancoliques, sont souvent fatigues, parlent d'une voix monotone et démontrent un regard peu expressif.



## Etsats de solitude



#### Heather

#### EFFETS POSITIFS

Le Marronnier blanc favorise le retour à une sérénité mentale

#### Calluna vulgaris

#### EFFETS POSITIFS

La Bruyère agit pour aider l'individu à devenir plus compréhensif et à s'intéresser aux autres



#### DANS QUELS CAS UTILISER LA BRUYÈRE ?

La Bruyère est à utiliser :

- chez les personnes qui ne pensent qu'à leurs propres problèmes et se désintéressent totalement des sentiments des autres,
- chez les personnes qui ne parlent que d'elles mêmes,
- chez les personnes égoïstes,
- dans le cas d'enfants qui souhaitent toujours attirer l'attention sur eux,
- chez les personnes qui ne supportent pas la solitude.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

L'Etat de Bruyère se retrouve souvent auprès des personnes qui parlent beaucoup et accaparent systématiquement la conversation.



*Impatiens glandulifera*

#### IMPATIENS

La Bruyère agit pour aider l'individu à devenir plus compréhensif et à s'intéresser aux autres

#### DANS QUELS CAS UTILISER L' IMPATIENTE ?

L'Impatiente peut aider :

- les personnes toujours pressées,
- les personnes assez vives d'esprit et qui ne supportent pas la lenteur des autres,
- les personnes peu diplomatiques lorsqu'elles ont des critiques à formuler,
- les personnes qui prennent des décisions trop rapidement,
- les enfants très agités qui ne peuvent rester en place.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les "sujets-Impatientes" se montrent souvent impulsifs et ressentent une grande tension mentale pouvant mener à une certaine frustration. Sur le plan physique, ils peuvent souffrir de douleurs spasmodiques. Ces personnes ont généralement un grand besoin d'indépendance.



N° 20 Hottonie des marais *Hottonia palustris* Water violet

**EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTEES**

Supériorité prétentieuse

**EFFETS POSITIFS**

L'Hottonie des marais aide à devenir plus humble et à se montrer plus tolérant vis à vis des autres

**EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTEES**

Nostalgie du passé

**EFFETS POSITIFS**

Le Chèvrefeuille permet de gérer son passé différemment, comme un tremplin constructif pour son avenir

DANS QUELS CAS UTILISER L' HOTTONIE DES MARAIS ?

**l'Hottonie des marais est à conseiller:**

- aux personnes compétentes qui se sentent nettement supérieures aux autres,
- aux personnes qui ne se mêlent pas des affaires des autres et qui ne parlent pas non plus de leurs sentiments.

**MANIFESTATIONS DIVERSES**

Les individus à qui s'adresse l'Hottonie des marais sont souvent individualistes et se montrent distants ; ils ne se mélangent pas aux autres et vivent ainsi dans l'isolement.

N° 9 Chèvrefeuille *Lonicera caprifolium* Honeysuckle

**EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTEES**

Nostalgie du passé

**EFFETS POSITIFS**

Le Chèvrefeuille permet de gérer son passé différemment, comme un tremplin constructif pour son avenir

DANS QUELS CAS UTILISER LE CHÈVREFEUILLE ?

**Le Chèvrefeuille s'utilise précisément:**

- chez les personnes qui vivent mentalement dans le passé pour éviter de faire face à la réalité,
- chez les personnes qui n'attendent plus rien du présent ou du futur,
- chez les personnes qui ont du mal à accepter le changement (déménagement, départ en vacances notamment pour les enfants qui partent en colonies...) et qui ont le mal du pays,
- chez les personnes qui ont perdu un être cher,
- chez les personnes qui acceptent difficilement de vieillir.

**MANIFESTATIONS DIVERSES**

l'état de Chèvrefeuille se rencontre souvent chez les personnes qui se réfèrent tout le temps au passé en ayant le sentiment qu'elles ne revivront plus jamais de bons moments semblables.

N° 27 Moutarde *Sinapis arvensis* Mustard

**EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTEES**

Mélancolie soudaine et passagère

**EFFETS POSITIFS**

La Moutarde aide à retrouver une joie intérieure et à vivre sa vie avec gaieté

DANS QUELS CAS UTILISER LA MOUTARDE ?

**La Moutarde s'adresse :**

- aux personnes qui sombrent momentanément dans une tristesse profonde sans raison apparente et sans comprendre ce qui leur arrive.

**MANIFESTATIONS DIVERSES**

Le "sujet-moutarde" a tendance à vivre sa courte déprime dans l'isolement total en perdant son dynamisme et sa joie de vivre comme si un nuage très sombre venait de tomber sur sa vie.

N° 29 Olivier *Olea europaea* Olive

**EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTEES**

Epuisement physique et mental extrême

**EFFETS POSITIFS**

L'Olivier aide à se régénérer en puisant dans de nouvelles ressources

DANS QUELS CAS UTILISER L'OLIVIER ?

**l'Olivier est à recommander:**

- aux personnes qui, après une période très active, se trouvent complètement épuisées tant sur le plan moral que physique,
- suite à une période d'insomnies,
- en cas d'affections physiques éprouvantes\*,
- aux personnes qui ont trop donné d'elles-mêmes (pour aider un proche par exemple).

**MANIFESTATION DIVERSES**

l'Etat d'Olivier se révèle par une lassitude morale et une fatigue physique qui semblent insurmontables. On ressent un sentiment d'impuissance totale et l'on a tendance à se réfugier dans le sommeil.

## Etats d'intérêt insuffisant pour le présent



## Etats d'hypersensibilité aux influences et aux idées

N° 3 Bourgeon de marronnier	<i>Aesculus hippocastanum gemmea</i>	Chestnut bud
EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES	EFFETS POSITIFS	
Erreurs répétées	Le Bourgeon de Marronnier favorise un bon apprentissage de la vie. On apprend de notre passé pour ne plus renouveler les mêmes erreurs dans le futur	

### DANS QUELS CAS UTILISER LE BOURGEON DE MARRONNIER?

Le Bourgeon de Marronnier peut être préconisé :

- pour les personnes qui commettent toujours les mêmes erreurs,
- pour les personnes qui tournent la page trop rapidement sur certains événements de leur vie et ne tirent pas profit de leurs expériences passées,
- aux personnes à qui il arrive toujours les mêmes problèmes.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Le caractère Bourgeon de Marronnier se manifeste chez l'individu par un manque d'attention, une indifférence totale et/ou une certaine insouciance. Par ailleurs, le sujet-Bourgeon Marronnier aura tendance à subir la même douleur ou à ressentir le même état émotionnel toujours dans les mêmes circonstances.

N° 11 Clématis	<i>Clematis vitalba</i>	Clematis
EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES	EFFETS POSITIFS	
Retrait dans un monde peuplé de rêves	Avec la Clématis, l'individu commence à trouver un sens à la réalité. Il ne la fuit plus pour se réfugier systématiquement dans un monde imaginaire	

### DANS QUELS CAS UTILISER LA CLÉMATITE?

La Clématis est à recommander :

- aux personnes distraites qui n'écoutent absolument pas ce qu'on leur dit,
- aux individus qui sont toujours dans la lune et montrent un désintérêt total par rapport à la réalité,
- aux personnes qui, face un problème rencontré, préfèrent nier la réalité pour s'abriter au sein du rêve,
- aux personnes toujours en quête d'un idéal qu'elles n'atteindront jamais car inaccessible,
- en cas d'évanouissement.

N° 1 Agremoine	<i>Agrimonia eupatoria</i>	Agrimony
EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES	EFFETS POSITIFS	
Insouciance faîte	L'Agremoine vise à développer l'optimisme réel de l'individu en l'aidant à relativiser les problèmes	

### DANS QUELS CAS UTILISER L'AGRÉMOINE?

L'Agremoine est recommandée :

- aux personnes qui, derrière une façade gai et optimisme, souffrent d'importantes craintes intérieures ou de problèmes physiques,
- aux personnes qui refusent d'admettre qu'elles ont des soucis,
- aux personnes qui tombent facilement sous la dépendance de l'alcool ou de diverses drogues,
- aux enfants qui arrêtent rapidement de pleurer pour dissimuler leur chagrin.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

La tendance Agremoine se révèle généralement chez les individus sensibles ou à la période de l'adolescence par exemple. Cet état d'esprit se dévoile parfois en rougeant ses ongles ou par des éruptions cutanées.

N° 5 Centauré	<i>Centaurium umbellatum</i>	Centauré
EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES	EFFETS POSITIFS	
Gentillesse docile	Avec la Centaurée, on apprend à développer sa personnalité et suivre sa propre volonté	

### DANS QUELS CAS UTILISER LA CENTAUREE?

La Centaurée s'adresse :

- aux personnes qui ne savent pas dire non,
- aux personnes qui copient les pensées ou les manières d'agir des autres,
- aux personnes qui se mettent au service de quelqu'un en laissant leur propre individualité au second plan,
- aux personnes facilement influencables,
- aux enfants très agités qui ne peuvent pas rester en place.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Le sentiment ressenti par le sujet-Centauree engendre souvent fatigue et surmenage parce que l'on en fait trop.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Le "sujet-Clématis" se reconnaît par son comportement rêveur permanent. Différents signes extérieurs peuvent refléter cet état d'âme : manque d'énergie, besoin de beaucoup de sommeil (tendance à s'endormir au volant ou devant la télévision), pieds et mains glacés ...  
Par ailleurs, le sujet-Clématis révèle souvent un grand esprit créatif.



N° 28	Noyer	<i>Juglans regia</i>	Walnut
-------	-------	----------------------	--------

#### EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES

Doute lors de changement crucial dans la vie

#### EFFECTS POSITIFS

Le Noyer représente un soutien important pour aider l'individu à vivre ses décisions jusqu'au bout sans se laisser influencer

#### DANS QUELS CAS UTILISER LE NOYER ?

Le Noyer peut aider:

- les personnes qui ont du mal à vivre de grands changements au cours de leur vie parce qu'elles sont souvent retenues par leur passé,
- les personnes qui se laissent facilement influencées par les autres ou par toute autre circonsistance extérieure lorsqu'elles ont un choix décisif à faire,
- les personnes peu sûres d'elles-mêmes,
- en cas de grandes modifications générales dans la vie [nouvelle vie en couple, nouveau travail, changement de domicile, départ à la retraite ...],
- en cas de changements physiologiques [grossesse, puberté, ménopause ...].

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

On retrouve souvent stress et fragilité chez les personnes à tendance Noyer. Il s'agit, par ailleurs, bien souvent d'un état passager juste au moment de la rupture avec une situation antérieure.

N° 15	Folle avoine	<i>Bromus ramosus</i>	Wildoat
-------	--------------	-----------------------	---------

#### EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES

Difficulté à trouver une orientation

#### EFFECTS POSITIFS

En prenant la Folle Avoine, on stimule la découverte d'un objectif précis en soi

#### DANS QUELS CAS UTILISER LA FOLLE AVOINE ?

La Folle avoine représente un soutien important:

- pour les personnes qui, malgré leur intelligence et leur ambition, n'arrivent pas à trouver leur voie,
- aux personnes qui passent à côté de nombreuses opportunités par inertie,
- aux personnes qui pratiquent sans cesse des activités différentes, qui essaient un peu tout sans vraiment faire quelque chose jusqu'au bout.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Ainsi les "Sujets-Folle" avoine subissent souvent l'ennui, la frustration et surtout l'insatisfaction par rapport à eux-mêmes.

N° 21	Houx	<i>Ilex aquifolium</i>	Holly
-------	------	------------------------	-------

#### EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES

Jalousie

#### EFFECTS POSITIFS

Le Houx favorise le sentiment d'amour et la compréhension à l'égard des autres

#### DANS QUELS CAS UTILISER LE HOUX ?

Le Houx constitue une aide précieuse:

- pour les personnes qui envient les autres sur tous les points de vue,
- pour les personnes qui ont tendance à se réjouir du malheur des autres,
- pour un enfant qui vient d'avoir un petit frère ou une petite sœur,
- pour les gens qui soupçonnent facilement les autres.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

On note chez les sujets-Houx une méfiance quasi permanente envers leur entourage; leur caractère peut se traduire par une mauvaise humeur ou même des crises de colère subtiles en particulier chez les enfants.

## Etats d'abattement et de désespoir



N° 2	Ajonc	<i>Ulex europeus</i>	Corse
EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES		EFFETS POSITIFS	L'Acacia peut constituer une aide importante pour :

- Désespoir et résignation à son propre sort
- ceux qui souffrent d'une maladie chronique et qui ont l'impression d'avoir déjà tout essayé pour s'en sortir,
  - ceux qui ont grandi à proximité d'un malade chronique,
  - ceux qui suivent divers traitements mais qui n'y croient pas.

### DANS QUELS CAS UTILISER L'AJONC ?

L'Ajonc peut constituer une aide importante pour :

- ceux qui souffrent d'une maladie chronique et qui ont l'impression d'avoir déjà tout essayé pour s'en sortir,
- ceux qui ont grandi à proximité d'un malade chronique,
- ceux qui suivent divers traitements mais qui n'y croient pas.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les sensations rencontrées typiquement chez les "sujets-Ajonc" se manifestent souvent par une perte du goût à la vie ; ce sont des personnes résignées qui ne trouvent plus la force de lutter.

N° 25	Mélèze	<i>Larix decidua</i>	Larch
EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES			EFFETS POSITIFS

- Complexé d'intériorité
- Le Mélèze favorise le retour d'une confiance en soi en créant chez l'individu la vision de perspectives nouvelles

### DANS QUELS CAS UTILISER LE MÉLÈZE ?

Le Mélèze peut être conseillé :

- aux personnes qui s'avouent incapables d'avance, qui n'envisagent que l'échec et qui ainsi n'osent rien tenter,
- aux personnes qui manquent de confiance en elles,
- aux personnes qui ont une vision complètement négative d'elles-mêmes,
- aux enfants qui s'accrochent tout le temps à leur parents,
- aux personnes qui se réfugient dans l'alcool à cause de leur sentiment d'inferiorité.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Le caractère Mélèze touche souvent des personnes peu actives et qui ont subi des expériences malheureuses dans le passé.

N° 31	Pin	<i>Pinus Sylvestris</i>	Pine
EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES			EFFETS POSITIFS

- Sentiment de culpabilité
- Le Pin favorise le pardon envers soi-même.
- On reconnaît ses erreurs sans qu'elles ne deviennent obsessionnelles

### DANS QUELS CAS UTILISER LE PIN ?

Le Pin permet d'aider :

- les personnes qui culpabilisent en permanence,
- les personnes qui sont prêtes à endosser les fautes des autres,
- les personnes conscientes à l'extrême.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les "sujets-Pin" ont tendance à s'excuser systématiquement [même pour des faits qui ne leur sont pas imputés]. Ce sont des individus souvent éprouvés physiquement et qui ne montrent plus aucune joie de vivre.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les "sujets-Gnouille" montrent particulièrement des alternances capricieuses :

- au niveau mental : celles-ci se manifestent par de fréquentes sautes d'humeur ainsi qu'une nervosité extrême,
- au niveau physique : passage de l'anorexie à la boulimie, douleurs qui se déplacent dans le corps, mal des transports, nausées de grossesse.

N° 6	Charme	<i>Carpinus betulus</i>	Hornbeam
EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES			EFFETS POSITIFS

- Lassitude mentale
- Grâce à une énergie retrouvée, le Charme nous convainct de pouvoir faire face à la routine et au quotidien

### DANS QUELS CAS UTILISER LE CHARMÉ ?

Le Charme s'adresse plus spécifiquement :

- aux personnes qui s'avouent vaincues devant les tâches de la vie quotidienne,
- aux personnes qui ont systématiquement recours à des stimulants pour s'en sortir.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Cette lassitude dont sont victimes les "sujets-Charmé" se manifeste par une grande fatigue, un manque sérieux d'énergie et même parfois une perte de la joie de vivre.

N° 17	Gnavele	<i>Scleranthus annus</i>	Scleranthus
EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES			EFFETS POSITIFS

- Indécision capricieuse
- La Gnavele favorise le retour d'une forte détermination et d'un équilibre intérieur
- La Gnavele est à conseiller :
- aux personnes capricieuses qui n'arrivent pas à se décider entre 2 ou plusieurs décisions,
  - aux personnes qui ont tendance à changer d'avis et d'humeur continuellement.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les "sujets-Gnouille" ont tendance à s'excuser systématiquement [même pour des faits qui ne leur sont pas imputés]. Ce sont des individus souvent éprouvés physiquement et qui ne montrent plus aucune joie de vivre.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

N° 30	Orme	<i>Ulmus procera</i>	Elm
<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESENTEES</b> Incapacité temporaire à s'acquitter d'une tâche			

#### DANS QUELS CAS UTILISER L'ORME?

l'Orme est à recommander:

- aux personnes compétentes qui arrivent à saturation et n'arrivent plus à prendre de décision ou à accomplir certaines tâches,
- aux personnes qui ont l'impression de ne plus être à la hauteur.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les "sujets-Orme" sont souvent des personnes solides et altruistes, qui n'ont habituellement aucun problème à assumer d'importantes responsabilités. Cet état d'esprit Orme se rencontre souvent chez les chefs d'entreprise, chez les mères de familles nombreuses...etc.

N° 7	Châtaignier	<i>Castanea sativa</i>	Sweet chestnut
<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESENTEES</b> Désespoir extrême			

#### EFFETS POSITIFS

Le Châtaignier favorise le retour de l'espérance chez l'individu qui se sent totalement perdu. Le Châtaignier l'aide à retrouver la foi en la vie et en des jours meilleurs.

#### DANS QUELS CAS UTILISER LE CHÂTAIGNIER?

Le Châtaignier peut venir au secours:

- des personnes qui ont atteint le désespoir le plus absolu,
- des personnes qui ne supportent plus de souffrir car elles ont dépassé les limites de ce qu'elles peuvent endurer.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Il est très difficile de reconnaître cet état d'esprit chez une personne; car, en effet, le sujet-Châtaignier ne parle pas de son désarroi et il est souvent confronté à l'isolement.

N° 12	Dame d'onze heures	<i>Ornithogalum umbellatum</i>	Star of Bethlehem
<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESENTEES</b> Difficulté à surmonter un choc			

#### EFFETS POSITIFS

La Dame de onze heures contribue à retrouver une force intérieure aidant à surmonter un traumatisme et à apaiser la douleur ressentie

#### DANS QUELS CAS UTILISER LA DAME DE ONZE HEURES?

La Dame de onze heures peut être utilisée:

- pour les personnes qui ont subi un choc, qu'il soit d'ordre physique ou moral, et qui n'arrive pas à se consoler,
- pendant et après un accouchement,
- pour les femmes qui ont des règles abondantes.

## Etats d'incertitude

N° 32	Plumbago	<i>Ceratostigma willmottianum</i>	Cerato
<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESENTEES</b> Manque de confiance en soi			

#### EFFETS POSITIFS

Le Plumbago vise à redonner confiance en soi en gérant propre intuition

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

On reconnaît les "sujets-plumbago" par le fait qu'ils changent sans cesse d'avis. Ils sont très influençables et ont constamment besoin de l'avis des autres. Ce sont souvent des personnes qui suivent systématiquement la mode.

N° 16	Gentiane	<i>Gentiana amarella</i>	Gentian
<b>EMOTIONS NÉGATIVES RESENTEES</b> Pessimisme et scepticisme			

#### EFFETS POSITIFS

La Gentiane développe la capacité à affronter les obstacles et la confiance en soi

#### DANS QUELS CAS UTILISER LA GENTIANE?

La Gentiane est plus particulièrement préconisée:

- pour les personnes qui se découragent facilement après un échec ou face à des difficultés rencontrées sur leur parcours,
- pour les personnes qui ne croient en rien,
- en cas de dépression dont on connaît les causes.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Ce pessimisme se manifeste souvent par une déprime dans laquelle le "sujet-Gentiane" se complait.



N° 34	Prunus	<i>Prunus cerasifera</i>	Cherry plum
EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES Peur de débordements émotionnels			EFFETS POSITIFS Le Prunus contribue à retrouver une certaine tranquillité d'esprit en développant force et énergie mentale

#### DANS QUELS CAS UTILISER LE PRUNUS?

Le Prunus s'adresse:

- aux personnes qui ont la sensation de pouvoir commettre des actes terribles, voir même de sombrer dans la folie,
- aux personnes qui souhaitent du mal à autrui,
- aux personnes ayant des idées suicidaires.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les "sujets-Prunus" sont ainsi victimes d'une tension intérieure incontrôlable qui peuvent les amener à des crises de violence ou d'hystérie.



N° 36	Tremble	<i>Populus tremula</i>	Aspen
EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES Sentiments de peur inexplicable			EFFETS POSITIFS Le Tremble favorise la confiance intérieure et conduit ainsi à un sentiment de sécurité accru

#### DANS QUELS CAS UTILISER LE TREMBLE?

Le Tremble constitue une aide précieuse:

- aux personnes qui ressentent des craines vagues dont l'origine est inconnue ou inexplicable,
- aux enfants qui ont besoin de lumière pour s'endormir,
- aux personnes paranoïaque,
- aux personnes obsédées par la peur d'être agressées.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les "sujets-tremble" connaissent souvent des tremblements, une transpiration excessive et ont l'estomac noué. Ils peuvent également être fréquemment victimes de cauchemars et/ou de somnambulisme.



N° 24	Marronnier rouge	<i>Aesculus carnea</i>	Red chestnut
EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES Souci excessif pour autrui			EFFETS POSITIFS Le Marronnier rouge développe la capacité à se contrôler et à guider ses proches d'une manière positive

#### DANS QUELS CAS UTILISER LE MARRONNIER ROUGE?

Le Marronnier rouge vient au secours:

- des personnes qui projettent leurs propres craintes sur les autres,
- des personnes qui se préoccupent à l'excès pour leurs proches et qui ont toujours peur qu'il leur arrive quelque chose de grave,
- des parents qui ne dorment pas tant que leurs enfants ne sont pas rentrés,
- des mères trop envahissantes envers leurs enfants.

Le Marronnier rouge s'adresse notamment aux personnes qui exercent des professions comme infirmiers/infirmières ou éducateurs/éducatrices.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

L'émotion vécue par les "sujets-Dame de onze heures" se traduit souvent par une tristesse profonde et des troubles physiques (troubles de l'audition, de la vue ou de la marche). Ces individus sont sensibles et ont facilement recours à des drogues.



#### N° 35 Saule

*Salix vitticima*

Willow

EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES Peur de débordements émotionnels	EFFETS POSITIFS Le Saule contribue à retrouver une certaine tranquillité d'esprit en développant force et énergie mentale
EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES Rancune	EFFETS POSITIFS Le Saule aide les personnes à devenir davantage maîtres de leur destin sans accuser forcément les autres d'être les malveillants

#### DANS QUELS CAS UTILISER LE SAULE?

Le Saule est à conseiller:

- aux personnes qui rendent fautif leur entourage pour les malheurs qui leur arrivent,
- aux personnes qui se sentent tout le temps victimes d'injustice,
- aux personnes qui envient le bonheur des autres.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Le caractère Saule se manifeste généralement par une aigreur intérieure et une amertume rançunière. Les individus victimes de ce sentiment sont souvent pessimistes et ont également tendance à gâcher la bonne humeur de leur entourage.



#### N° 8 Chêne

*Quercus robur*

Oak

EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES Persévérance exagérée	EFFETS POSITIFS Le Chêne aide à devenir encore plus résistant tout en modérant son comportement
EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES Souci excessif pour autrui	EFFETS POSITIFS Le Chêne peut être utilisé: <ul style="list-style-type: none"><li>• chez les personnes qui continuent à lutter malgré une souffrance d'avenuie insoutenable,</li><li>• chez les personnes qui sont sans cesse à la recherche de performance surhumaine,</li><li>• chez les personnes qui refusent d'admettre qu'elles sont éprouvées et qui continuent malgré tout à travailler avec acharnement.</li></ul>

#### DANS QUELS CAS UTILISER LE CHÊNE?

Le chêne peut être utilisé:

- chez les personnes qui continuent à lutter malgré une souffrance d'avenuie insoutenable,
- chez les personnes qui sont sans cesse à la recherche de performance surhumaine,
- chez les personnes qui refusent d'admettre qu'elles sont éprouvées et qui continuent malgré tout à travailler avec acharnement.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les "sujets-Chêne" montrent généralement un courage à toute épreuve sans jamais se plaindre. Ce sont souvent des personnes fortes physiquement qui peuvent connaître soudainement un état d'épuisement extrême.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

On retrouve souvent chez les "sujets-Marronnier rouge" une participation indiscrète à la vie d'autrui, des liens affectifs extrêmes envers une personne tout comme une surprotection de son entourage.



### N° 33 Pommier sauvage *Malus pumila*

Crab apple

EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTEES	EFFETS POSITIFS
Sens excessif de la propreté Souci extrême du détail	Le Pommier sauvage aide à relativiser certains détails et à les transformer en éléments moins négatifs

### DANS QUELS CAS UTILISER LE POMMIER SAUVAGE?

Le Pommier sauvage est à recommander:

- aux personnes qui sont obsédées par la propreté,
- aux personnes qui se lavent sans cesse les mains et/ou qui prennent des douches plusieurs fois par jour,
- aux personnes qui ont tendance à faire d'un petit problème toute une montagne,
- aux personnes, qui en se focalisant sur des détails, passent à côté de choses ou d'événements beaucoup plus importants,
- aux personnes qui craignent toujours que les aliments ne soient avariés.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les individus à tendance Pommier sauvage sont généralement des personnes très maniaques. leur souci excessif du détail et de la pureté peut même les conduire à un certain dégoût de leur personne.



## Etats de peur

EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTEES	EFFETS POSITIFS
La Pommier sauvage aide à relativiser certains détails et à les transformer en éléments moins négatifs	



### N° 18 Hélianthème *Helianthemum nummularium*

Rock Rose

EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTEES	EFFETS POSITIFS
Sentiments de panique aigüe	L'Hélianthème aide à retrouver courage et force mentale

### DANS QUELS CAS UTILISER L'HÉLIANTHÈME?

L'Hélianthème est à conseiller:

- aux personnes qui perdent facilement le contrôle d'elles-mêmes,
- aux personnes qui ne peuvent pas maintenir ce qui leur arrive (cas des enfants),
- en cas d'urgence : événements graves, accidents, maladies soudaines,
- en cas de coups de soleil ou d'insolation,
- suite à un cauchemar ...

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les "sujets Hélianthème" peuvent ressentir de forts sentiments de panique, de terreur et d'angoisse ainsi que des palpitations.



### DANS QUELS CAS UTILISER LE MIMULUS?

### Mimulus *Mimulus guttatus*

Mimulus

EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTEES	EFFETS POSITIFS
Sentiments de peur concrète dont la cause est connue	Le Mimulus aide à passer outre ses angoisses; il mène activement à une victoire sur soi-même



### DANS QUELS CAS UTILISER LE MIMULUS?

Le Mimulus peut aider:

- les personnes qui ont peur de tout ce qui est mauvais et/ou négatif,
- les personnes timides,
- les personnes qui ont des angoisses communes comme la peur du noir, du vide, de la mort, de la maladie, des araignées ...
- les enfants qui pleurent sans raison apparente ou bien systématiquement lorsqu'ils voient un chien par exemple.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Ces émotions spécifiques peuvent se manifester par une forte tension nerveuse, des bégaiements, des sueurs excessives ; on rougit, on tremble, on stresse ...

**LE DOCTEUR BACH A DÉCOUVERT LE MOYEN DE FAIRE PASSER CETTE FORCE DANS "LES ELIXIRS FLORAUX DU DOCTEUR BACH"**

Cette méthode ne prétend pas être la solution à tous les désagréments physiques ou moraux que l'on peut rencontrer, mais elle peut jouer un rôle de soutien non négligeable dans le cas de déséquilibres externes et/ou internes pour maintenir le patient dans un état psychique harmonieux.



## LES ÉLIXIRS FLORAUX: UN CHOIX JUDICIEUX ET UNE UTILISATION TRÈS SIMPLE

Le Dr. Bach tenait à ce que sa méthode soit accessible au grand public, un public ne jouissant d'aucune formation spécifique en matière de médecine ou de psychologie.  
Le Dr. Bach a notamment répertorié sept groupes de remèdes :



### ETATS DE PEUR:

Tremble, Prunus, Mimulus, Marronnier rouge, Hélianthème



### ETATS D'INCERTITUDE:

Plumbago, Gentiane, Ajonc, Charme, Giroflée, Folie avoine



### ETATS D'INTERET INSUFFISANT POUR LE PRÉSENT:

Bourgeon de Marronnier, Clématis, Chèvreuil, Moutarde, Olivier, Marronnier blanc, Eglier



### ETATS DE SOLITUDE:

Bruyère, Impatiante, Hottonie des marais



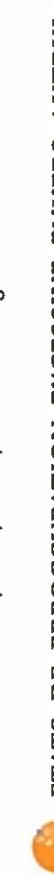
### ETATS D'HYPERSENSIBILITÉ AUX INFLUENCES ET AUX IDÉES:

Aigremoine, Centaurée, Noyer, Houx



### ETATS D'ABATTEMENT ET DE DESESPOIR:

Mélèze, Pin, Orme, Châtaignier, Dame d'Onze heures, Scoule, Chêne, Pomme sauvage



### ETATS DE PREOCCUPATION EXCESSIVE ENVERS AUTRUI:

Chicorée, Verveine, Vigne, Hêtre, Eau de roche



Ce livret a, par ailleurs, été créé pour vous aider à choisir l'élixir adéquat, celui qui correspondra le mieux à votre état d'esprit à un moment donné.  
A l'aide d'un mot clé caractérisant un sentiment spécifique [= émotions négatives ressenties], vous trouverez l'élixir préconisé.



Une description plus précise de l'état et de ses manifestations est proposée pour chacun des élixirs afin de mieux vous conforter dans votre choix.  
L'effet positif engendré par la prise de l'élixir choisi est également décrit pour chaque fleur.



Dans les situations chroniques, nous conseillons d'utiliser l'élixir quatre fois par jour, à intervalles réguliers. Le remède peut aussi s'utiliser plus souvent, si l'on en ressent le besoin. Il faut en tout cas y recourir le matin à jeun et le soir au coucher : déposer, sous la langue, 4 gouttes du remède, sans que la langue touche le comprimé-goutte (on peut aussi diluer les 4 gouttes dans de l'eau).



Nous déconseillons l'utilisation simultanée de plus de 5 remèdes.  
En cas de crises aiguës [cf remède de secours], on diluera 4 gouttes dans un verre d'eau que l'on boira à petites gorgées, à intervalles brefs, aussi souvent que le besoin s'en fera ressentir.

## Etats de préoccupation excessive envers autrui

### N° 10 Chicorée

*Cichorium intybus*

EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES

Attitude possessive exagérée  
Demande de reconnaissance

EFFECTS POSITIFS

La Chicorée aide à manifester un amour sincère et désintéressé

### DANS QUELS CAS UTILISER LA CHICORÉE ?

La Chicorée s'adapte plus particulièrement :

- aux personnes qui se mêlent de tout et ne peuvent s'empêcher de donner leur avis sur tout,
- aux personnes qui donnent pour recevoir, qui ressentent un besoin de reconnaissance excessif.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Le caractère Chicorée se retrouve souvent chez les mères trop possessives qui s'émissent d'une manière trop indiscrète dans la vie de leur enfants. Il se manifeste aussi généralement par un besoin constant d'attirer l'attention sur soi [en particulier pour les enfants].

### N° 37 Verveine

*Verbena officinalis*

EMOTIONS NÉGATIVES RESSENTIES

Fanatisme

EFFECTS POSITIFS

La Verveine apprend l'individu à se maîtriser. Il sait ainsi argumenter son point de vue sans pour cela imposer ses idées à autrui

### DANS QUELS CAS UTILISER LA VERVEINE ?

La Verveine peut aider :

- les personnes fanatiques à l'extrême,
- les personnes qui sacrifient leur vie et éprouve leur énergie pour une bonne cause,
- les personnes qui font tout pour imposer leur opinion aux autres jusqu'à les lasser.

### MANIFESTATIONS DIVERSES

Le caractère Verveine peut se manifester, chez l'individu, par une irritation ou un énervement incontrôlé lorsqu'il n'arrive pas à ses fins. Les personnes à qui s'adresse la Verveine sont, par ailleurs, souvent impulsives et idéalistes. Cet état se rencontre également souvent chez les enfants très actifs qui n'arrivent pas s'endormir le soir.

## ADMINISTRATION ET CONSEILS D'UTILISATION

Dans les situations chroniques, nous conseillons d'utiliser l'élixir quatre fois par jour, à intervalles réguliers. Le remède peut aussi s'utiliser plus souvent, si l'on en ressent le besoin. Il faut en tout cas y recourir le matin à jeun et le soir au coucher : déposer, sous la langue, 4 gouttes du remède, sans que la langue touche le comprimé-goutte (on peut aussi diluer les 4 gouttes dans de l'eau).

Nous déconseillons l'utilisation simultanée de plus de 5 remèdes.  
En cas de crises aiguës [cf remède de secours], on diluera 4 gouttes dans un verre d'eau que l'on boira à petites gorgées, à intervalles brefs, aussi souvent que le besoin s'en fera ressentir.

N° 38	Vigne	<i>Vitis vinifera</i>	Vine
-------	-------	-----------------------	------

#### EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES

#### Dominion impitoyable

**EFFETS POSITIFS**  
En prenant la Vigne, on apprend à déléguer ses pouvoirs et à devenir plus compréhensif envers les autres.

#### DANS QUELS CAS UTILISER LA VIGNE?

- La Vigne constitue une plante de choix:
- pour les personnes dominatrices qui sont insensibles à l'opinion des autres,
- pour les personnes qui sont prêtes à tout pour assouvir leur besoin de réussite et de dirigeisme.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

Les "sujets-Vigne" démontrent souvent une grande cruauté; ce sont, par exemple, des pères autoritaires ou des chefs de service dont le seul mot d'ordre est "exécuter". Ce caractère peut se traduire chez l'individu par des problèmes de circulation ou d'articulation dus à une tension extrême. Les enfants qui frappent un peu trop systématiquement sur leur camarades pourraient également être soulagés par la Vigne.

#### DANS QUELS CAS UTILISER LE HÈTRE?

- Le Hêtre est à conseiller:
- aux personnes qui émettent des jugements hâtifs et subjectifs sur les autres,
  - aux personnes qui ne voient que les côtés négatifs des autres,
  - aux membres de groupes qui se sentent supérieurs aux autres.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

L'état d'esprit vécu par le sujet-Hêtre dénote souvent un comportement arrogant nourri de nombreux préjugés. Cette manière d'être a souvent tendance à irriter l'entourage en créant ainsi son propre isolement et une forte tension interne.

N° 19	Hêtre	<i>Fagus sylvatica</i>	Beech
-------	-------	------------------------	-------

#### EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES

#### Intolérance

**EFFECTS POSTIFS**  
C'est avec le Hêtre que l'on peut retrouver une capacité de jugement constructif qui peut aider à mieux comprendre les autres et leur différence.

#### LES PYRÉNÉES ORIENTALES: UN SITE IDÉAL

**UNE ÉLABORATION DANS LES RÈGLES DE L'ART**

Le Dr. Bach souhaitait, pour pouvoir profiter au maximum de l'énergie des fleurs, qu'elles soient récoltées dans des lieux non pollués.  
Les élixirs floraux de la Drôme Provençale® répondent parfaitement à ce critère. La Drôme Provençale® recueille les fleurs de Bach dans les Pyrénées Orientales, sur les flancs du Mont Canigou où se trouve un site riche d'une nature encore sauvage. Dans cette région isolée, la faune et la flore bénéficient d'un équilibre écologique stable.

#### MANIFESTATIONS DIVERSES

L'état d'eau de roche se manifeste souvent par des signes extérieurs de stress dus à des besoins vitaux refoulés. On retrouve notamment cet état chez les personnes qui recherchent la perfection sans jamais s'accorder de flexibilité.

N° 13	Eau de roche	<i>Aqua e saxo</i>	Rock water
-------	--------------	--------------------	------------

#### EMOTIONS NÉGATIVES RESENTIES

#### Autodiscipline sévère

L'Eau de Roche aide l'individu à retrouver souplesse intellectuelle et goûts pour les besoins vitaux



#### LES ÉLIXIRS FLORAUX DE LA DRÔME PROVENCE

Les élixirs floraux de la Drôme Provençale® sont préparés par un biodynamiste qui se base sur les préceptes du Dr. Bach: la solarisation ou l'ébullition. L'élixir mère obtenu est ensuite dynamisé dans du Cognac biologique au sein de nos laboratoires pour être commercialisé en flacon de 10ml.

#### LES ÉLIXIRS FLORAUX ET LEURS EFFETS

La méthode du Dr Bach est basée sur le principe qu'il émane de certaines fleurs une force harmonieuse et positive, une force énergétique que nos instruments d'analyse scientifique sont incapables de déceler.

# Elixir de secours



## INDEX ALPHABETIQUE

N° 1	Aigremoine	<i>Agrimonia eupatoria</i>	Agrimony	15
N° 2	Ajonc	<i>Ulex europeus</i>	Gorse	8
N° 3	Bourgeon de Marronnier	<i>Aesculus hippocastanum gemmae</i>	Chestnut bud	10
N° 4	Bruyère	<i>Calluna vulgaris</i>	Heather	13
N° 5	Centaurée	<i>Centaurium umbellatum</i>	Centaury	15
N° 6	Charme	<i>Carpinus betulus</i>	Horsebeam	8
N° 7	Châtaignier	<i>Castanea sativa</i>	Sweet chestnut	18
N° 8	Chêne	<i>Quercus robur</i>	Oak	19
N° 9	Chèvrefeuille	<i>Lonicera caprifolium</i>	Honeysuckle	11
N° 10	Chicorée	<i>Cichorium intybus</i>	Chicory	21
N° 11	Clématis	<i>Clematis vitalba</i>	Clematis	10
N° 12	Dame d'Onze Heures	<i>Omphogalum umbellatum</i>	Star of Bethlehem	18
N° 13	Eau de Roche	<i>Aqua e saxo</i>	Rock water	22
N° 14	Eglantier	<i>Rosa canina</i>	Wild rose	12
N° 15	Folie avoine	<i>Bromus ramosus</i>	Wild oat	9
N° 16	Genétiane	<i>Geniana amarella</i>	Genian	7
N° 17	Gnoufelle	<i>Scleranthus annuus</i>	Scleranthus	8
N° 18	Hélianthème	<i>Helianthemum nummularium</i>	Rock rose	5
N° 19	Hêtre	<i>Fagus sylvatica</i>	Beech	22
N° 20	Hottonie des marais	<i>Hottonia palustris</i>	Water violet	14
N° 21	Houx	<i>Ilex aquifolium</i>	Holly	16
N° 22	Impatiente	<i>Impatiens glandulifera</i>	Impatiens	13
N° 23	Marronnier blanc	<i>Aesculus hippocastanum</i>	White chestnut	12
N° 24	Marronnier rouge	<i>Aesculus carnea</i>	Red chestnut	6
N° 25	Mélèze	<i>Larix decidua</i>	Larch	17
N° 26	Mimulus	<i>Mimulus guttatus</i>	Mimulus	5
N° 27	Moutarde	<i>Sinapis arvensis</i>	Mustard	11
N° 28	Noyer	<i>Juglans regia</i>	Walnut	16
N° 29	Olivier	<i>Olea europaea</i>	Olive	11
N° 30	Orme	<i>Ulmus procera</i>	Elm	18
N° 31	Pin	<i>Pinus sylvestris</i>	Pine	17
N° 32	Plumbago	<i>Ceratostigma willmottiana</i>	Cerato	7
N° 33	Pommier sauvage	<i>Malus pumila</i>	Crab apple	20
N° 34	Prunus	<i>Prunus cerasifera</i>	Cherry plum	6
N° 35	Saule	<i>Salix viminalis</i>	Willow	19
N° 36	Tremble	<i>Populus tremula</i>	Aspen	6
N° 37	Verveine	<i>Verbena officinalis</i>	Vervain	21
N° 38	Vigne	<i>Vitis vinifera</i>	Vine	22
N° 39	Elixirs de secours		First aid essence	23

Ce remède, constitué de cinq élixirs floraux différents, est destiné à pallier aux états d'urgence. Il convient, par conséquent, de le garder toujours à portée de main puisqu'il peut soulager lors de circonstances exceptionnelles soudaines.

### L'ÉLIXIR DE SECOURS EST COMPOSÉ DE :

- la Dame d'Onze heures qui aide à surmonter un traumatisme,
  - l'Hélianthème pour lutter contre la panique,
  - l'Impatiante qui diminue la tension nerveuse,
  - le Prunus pour retrouver une tranquillité d'esprit,
  - la Clémentine pour éviter une perte de conscience.
- L'ÉLIXIR DE SECOURS EST PLUS PARTICULIÈREMENT UTILE :
- avant d'avoir à affronter un événement stressant (examen, visite chez le dentiste, entretien d'embauche ...),
  - suite à un accident, en tant que victime ou témoin,
  - après avoir subi un choc émotionnel dû à une mauvaise nouvelle,
  - suite à une grande frayeur.

Par ailleurs, l'élixir de secours peut également s'administrer sous forme de compresses, de bandages ou de pommade pour soulager les foulures, les contusions, les brûlures et les éruptions cutanées.

# *La Drôme provençale*®

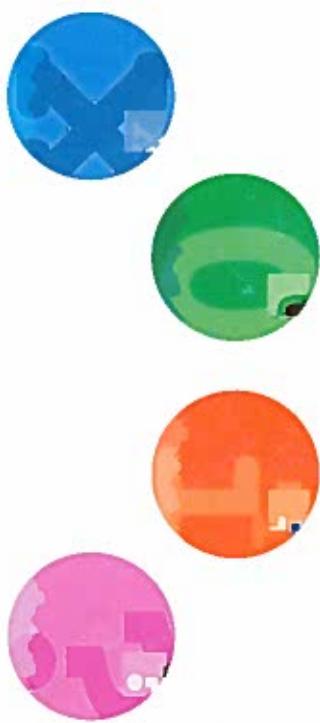


Système de contrôle CEI - ECOCERT F-32600



## ELIXIRS FLORAUX BIOLOGIQUES

selon la méthode du Dr Bach



*La Drôme provençale*®

26150 DIE FRANCE