



# Les Fleurs de l'Atlas

**LES TRADITIONNELLES DE BACH**

*Essences Florales naturelles sans alcool*

*Enfants & Adultes*



*Essences Florales*



# Les Fleurs de l'Atlas

## LES TRADITIONNELLES DE BACH

Le monde des essences florales s'est ouvert à nous en 1985. Très impliqués par le travail du Dr Bach, nous avons souhaité mettre au point nos propres préparations élaborées en conformité avec ses directives. Nous avons choisi de ne pas utiliser d'alcool comme conservateur. Ces essences de fleurs sont faites en cocreativité dans de l'eau de source dynamisée.

### *La méthode des Essences de Fleurs*

Chaque essence florale correspond à une fleur spécifique. L'eau de source utilisée dans le processus de fabrication s'imprègne du schéma guérisseur de la plante. Ce schéma ou système d'information entre en résonance avec un besoin d'équilibre et d'harmonie ressenti par la personne qui utilise l'essence.

#### **Chaque essence a une définition qui lui est propre.**

Edward Bach disait que la guérison est un processus de changement. Chaque utilisateur gère à sa façon l'amplitude et la vitesse de la transformation.

## CONSEILS D'EMPLOI

Ces préparations ne présentent aucun risque de contre-emploi ni de surdosage. Leur usage est compatible avec toute forme de démarche thérapeutique engagée. L'efficacité des essences n'est pas liée à la quantité absorbée. Il est préférable de n'en utiliser que quelques gouttes (2 à 4) plusieurs fois dans la journée (2 à 5 fois en moyenne). Ainsi, votre organisme aura plus de facilité à intégrer le schéma d'information proposé par les essences utilisées.

Les essences peuvent être consommées pures, diluées dans un verre d'eau (à boire en plusieurs gorgées), en application externe locale ou dans un bain (prévoir 8 à 10 gouttes). Associées à une huile corporelle, elles peuvent être utilisées en massage ou par réflexologie.



### *Le choix des essences*

En suivant le travail d'Edward Bach, chacun peut apprendre à reconnaître les émotions traversées et à déterminer ainsi la ou les essences concernées. Cela demande un peu d'attention et beaucoup de bienveillance. Cette façon de faire apprend à ne pas juger mais à oser voir l'émotion vécue pour ce qu'elle est. L'enseignement reçu de cette démarche est un apprentissage sur soi et sur autrui. Nous ne sommes pas parfaits, nous avons tous des failles dans notre structure de vie, des endroits de fragilité qui nous apprennent autant que nos forces et facilités. Vous remarquerez aussi que parfois nous sommes solides et en équilibre émotionnellement dans un contexte donné mais dans un autre contexte, notre faiblesse est flagrante. Par exemple, avons-nous exactement la même attitude quand nous sommes dans le cadre de notre travail et quand nous sommes en famille ? En face de nos parents et avec nos enfants ?

### *Petits conseils*

1 - Quand vous cherchez ce qui peut vous convenir, essayez de vous centrer sur ce que vous ressentez dans le moment présent. Ce que vous êtes maintenant est le résultat de toutes vos expériences passées. Ce qui n'a plus de réalité dans votre présent est sans intérêt.

2 - Si vous voulez aider une autre personne (votre enfant, votre conjoint, un ami) essayez de voir si son vécu perturbe votre émotion. Si tel est le cas, agissez pour rééquilibrer votre émotion, votre regard sur cette personne changera et votre façon de l'aider aussi.

3 - Nous ne pouvons faire évoluer notre émotion que si nous voulons la changer. Accepter ce changement peut parfois prendre du temps, mais le vrai moteur est le désir de changement, les essences jouent un rôle de facilitateur dans ce processus.



## IMPORTANT

*Cette méthode ne se substitue pas à une démarche thérapeutique traditionnelle, elle ne vise pas à faire un diagnostic ou à prévenir une pathologie. Les Essences Florales sont compatibles avec toute forme de thérapeutique en cours ou à venir.*

|                                   |  |  |
|-----------------------------------|--|--|
| <i><b>Aigremoine</b></i>          | Cache ses soucis derrière une apparence de facilité, clown triste...   | Savoir accepter ses qualités et ses défauts, se montrer tel que l'on est.                      |
| <i><b>Ajone</b></i>               | Sans espoir, désespérance profonde, «à quoi bon...»  | Foi indéfectible, certitude.   |
| <i><b>Alène</b></i>               | Indécision, incertitude dans le choix, « oui, mais...»   | Résolution, équilibre, décision, on fait ce qu'on a à faire sereinement.                       |
| <i><b>Bruyère</b></i>             | Préoccupation de soi, nombrilisme, n'écouter que soi, sensation de solitude.   | Altruisme, désintéressement, savoir écouter l'autre, vraie communication.                      |
| <i><b>Centaurée</b></i>           | Ne pas savoir dire «non», soumission, ne pas se respecter.   | Servir avec sagesse et discernement, volonté, respect de soi.                                  |
| <i><b>Charme</b></i>              | Difficulté à se lancer dans l'action, manque d'entraînement, fatigue à l'idée de...                                  | Fleur du « starter », aide à démarrer, énergie disponible tout de suite.                       |
| <i><b>Châtaignier</b></i>         | Vide moral, se sentir abandonné de tout, ne plus trouver la lumière.   | Renaître, s'ouvrir à la lumière, s'abandonner à la vie, confiance et foi en la vie.            |
| <i><b>Chêne</b></i>               | Continue à lutter malgré tout.   | Force, patience, courage, savoir déléguer, mesure dans l'effort.                               |
| <i><b>Chèvrefeuille</b></i>       | Nostalgie, regrets, attachement au passé   | Vivre dans le présent riche de son histoire.   |
| <i><b>Chicorée sauvage</b></i>    | Possessivité, dépendance affective, donner pour recevoir   | Don de soi, générosité sincère, amour et altruisme.  |
| <i><b>Clématite des haies</b></i> | Inattention, rêverie, absence, dans les nuages, manque de réalisme.  | Présence, réalisme, inspiration concrète.  |
| <i><b>Eau de Roche</b></i>        | Rigidité envers soi, avoir des principes, besoin de perfection personnelle, idéalisme.                               | S'accorder de la joie de vivre, souplesse d'esprit, savoir s'adapter.                          |
| <i><b>Eglantier</b></i>           | Fatalisme, apathie, résignation, passivité, « c'est comme ça ...»  | Dynamisme, créativité, enthousiasme, inventif.   |
| <i><b>Etoile de Bethleem</b></i>  | Choc, traumatisme, chagrin, douleur, peine, blessure, meurtri.   | S'ouvrir à la consolation, libération et paix intérieure. «L'être que je suis n'est pas abîmé» |
| <i><b>Fol avoine</b></i>          | Ne pas trouver sa voie, ne plus sentir sa ligne directrice, manque de vocation.                                      | Talent, ambition, affirmation de sa raison d'être, discernement.                               |
| <i><b>Gentiane</b></i>            | Mélancolie, découragement devant le moindre obstacle, pessimisme.  | Persévérance, confiance, optimisme, stabilité.   |
| <i><b>Hêtre</b></i>               | Intolérance, critique, jugement, causticité, mépris.   | Tolérance, acceptation de l'autre, tendresse et compréhension pour les faiblesses d'autrui.    |
| <i><b>Héliantheme</b></i>         | Terreur, peur panique.   | Grand courage, oubli de soi et confiance même dans les épreuves les plus dures.                |
| <i><b>Violette d'Eau</b></i>      | Pudeur excessive, ne jamais déranger, ni se mêler des affaires d'autrui, ne pas oser dire, distant, fierté, orgueil. | Vraie communication, partage et ouverture, accueil, accepter d'être « invité ».                |
| <i><b>Houx</b></i>                | Jalousie, envie, suspicion, haine, rancune tenace.   | Pardon, réconciliation, ouverture de l'âme, confiance, générosité, compréhension.              |

|   |  |   |
|---|--|---|
| <b><i>Impatiente</i></b>                | Rapidité, impatience, tension, irritation, précipitation, préfère l'isolement.   | Calmé, patience, tranquillité, douceur pour le rythme d'autrui.                                 |
| <b><i>Marronnier (Bourgeon de.)</i></b> | Retomber dans les mêmes pièges, refaire les mêmes erreurs, l'expérience ne nous apprend rien.  | Compréhension et intégration de l'expérience vécue pour passer à autre chose.                   |
| <b><i>Marronnier Blanc</i></b>          | Idées fixes et obsédantes qui tournent en rond dans la tête sans laisser de repos.   | Esprit calme, pensées constructives et claires.   |
| <b><i>Marronnier rouge</i></b>          | Peur pour ce qui peut arriver aux autres, surtout à ses proches, maman poule.  | Confiance dans l'expérience vécue par autrui.   |
| <b><i>Mélèze</i></b>                    | Persuadé de l'échec devant l'épreuve, sensation d'infériorité.   | Capable, déterminé, sans crainte du résultat, confiant dans la qualité de l'expérience à vivre. |
| <b><i>Mimule</i></b>                    | Crainte, trac, timidité, nervosité devant l'inconnu, peur de choses identifiables.   | Confiance, courage tranquille dans le quotidien, force intérieure.                              |
| <b><i>Moutarde</i></b>                  | Tristesse sans raison apprente et de façon cyclique, sensation de dépression, mélancolie soudaine...   | Stabilité intérieure, paix, égalité d'humeur.   |
| <b><i>Noyer</i></b>                     | Sensibilité aux ambiances, éponge, influençable, trop touché par l'environnement.  | Constance, sens de l'identité, protection, unité retrouvée, homogénéité intérieure.             |
| <b><i>Olivier</i></b>                   | Epuisement sur tous les plans, au bout du rouleau, on ne sait plus se régénérer.   | Ressourcement, l'énergie est à nouveau disponible.  |
| <b><i>Orme</i></b>                      | Accablement et sensation d'être dépassé par les événements ou l'ampleur de la tâche.   | Retrouver le sens des priorités, se reconnecter à son but, grande assurance intérieure.         |
| <b><i>Plumbago</i></b>                  | Manquer de confiance en son intuition, croire que les autres ont plus raison que soi.  | Renouer avec sa certitude intérieure.   |
| <b><i>Pomme sauvage</i></b>             | Sensation de salissure, impur, pollué, intoxiqué, besoin de nettoyage, de propreté, honte, attachement aux détails.  | Pensées purifiées, acceptation de soi, relativiser, se libérer des obsessions.                  |
| <b><i>Prunier myrobolan</i></b>         | Peur de craquer, de perdre la raison, de commettre l'irréparable.  | Calmé, apaisement, sang-froid, lucidité.  |
| <b><i>Saule</i></b>                     | Ressentiment, boudeur, rabat-joie, susceptibilité, victime, amertume, c'est la faute de l'autre.   | Reconnaître ses responsabilités, humour, exprimer sa joie de vivre.                             |
| <b><i>Tremble</i></b>                   | Peur non identifiable, angoisse sourde, appréhension inexplicable, pressentiment.  | Sentiment de sécurité, confiance devant l'inconnu.  |
| <b><i>Vervaine officinale</i></b>       | Sur-enthousiasme, trop plein d'énergie pour convaincre les autres, en fait trop, sens aigü de l'injuste et du juste.   | Etre plutôt que faire, patience et modération, savoir trouver une voie intermédiaire.           |
| <b><i>Vigne</i></b>                     | Autorité non discutable, imposer ses vues, domination, aime l'obéissance à ses injonctions.  | Respect et compréhension d'autrui, « douce autorité » plutôt que « être autoritaire ».          |
| <b><i>SOLUTION DE SECOURS</i></b>       | Mélange de cinq fleurs pour répondre au besoin de rééquilibrage dans les situations dites d'urgence (colère, accident, mauvaise nouvelle, douleur soudaine, effondrement...) |   |



## ***Essences Florales***

*Fabricant et distributeur*

15 rue Amand Dumeau

33210 Langon

+ 33 (0)5 56 62 57 00

Anne-Marie Pujol : 06 07 10 29 18

François Deporte : 06 14 17 15 75

lesfleursdelatlas@yahoo.fr

Disponibles sur le site

d'achat en ligne :

[www.jardins-cocreatifs.com](http://www.jardins-cocreatifs.com)

## ***Conseil personnalisé***

Anne-Marie Pujol et

François Deporte proposent  
une écoute personnalisée pour  
un choix adapté à votre vécu.

*Contactez-les pour un rendez-vous.*

## ***Livres proposés***

Nos Emotions,

Les Fleurs, La Vie

*François Deporte*

Pas à Pas

*Judy Howard*

Fleurs de Bach,

Fleurs de Soi

*Annie Guibert*

La Guérison par les Fleurs

*Dr Edward Bach*



# **LES TRADITIONNELLES DE BACH**

*Essences Florales naturelles sans alcool*

*Enfants & adultes*