

## Que sont les fleurs de Bach ?

« La santé est l'union absolue et parfaite entre l'âme, l'esprit et le corps » E. BACH  
Le Dr. Bach, médecin homéopathe bactériologiste, a consacré sa vie à la recherche d'une médecine naturelle, prenant en compte la globalité de l'individu et la notion de conflit, cause - selon lui - de la maladie.

Il a découvert 38 fleurs, correspondant chacune à une émotion et un état d'esprit particulier ; ces fleurs sont des fleurs d'arbres, des fleurs sauvages, et de l'eau de roche. Ces 38 fleurs sont classées en 7 groupes correspondant aux conflits fondamentaux qui nous empêchent d'être réellement et entièrement nous-mêmes : la peur, les influences, l'incertitude... Le principe d'élaboration est la solarisation : l'eau, sous l'action du soleil, s'imprègne de « l'esprit » de la fleur.

Le pouvoir vibratoire de la fleur (alliance terre air eau feu) aide à son tour l'homme à relever son taux vibratoire, à transformer ses attitudes négatives en pensées et comportements positifs ; les fleurs aident à gérer les émotions en douceur, en apportant équilibre et bien-être, à retrouver force, confiance et joie de vivre. Elles agissent spécifiquement sur l'état émotionnel de l'individu dans des situations de souffrance, de difficulté, de fatigue, blocages, tensions, de mal être.

Ø Conseils d'usage : Les fleurs de Bach peuvent être consommées séparément ou associées les unes aux autres. Exemple : pur à raison de 2 à 3 gouttes dans la bouche de 2 à 4 fois par jour, pour une situation présente, ponctuelle. Diluée (1 ou plusieurs fleurs - 6 maximum -) dans un flacon compte-goutte de 30 cc rempli d'eau de source (2 à 3 gouttes de chaque fleur), à prendre 3 à 4 fois par jour (3 à 4 gouttes dans la bouche), pour des situations plus anciennes, plus profondes.

On peut également mettre 2 gouttes dans un verre d'eau, et boire plusieurs fois par jour. Ø Le Rescue : remède d'urgence  
Le Rescue est un mélange de 5 élixirs de fleurs (Cherry Plum/le prunus, Clématis/la clématite, Impatiens/l'impatience, Rock rose/l'héliantheme, et Star of Bethlehem/l'étoile de Bethlehem), d'un grand secours pour les situations d'urgence. Après un accident, une mauvaise nouvelle, un choc, le Rescue aide à réduire la peur, soulage la tension nerveuse, permet d'affronter plus positivement une situation difficile.

Le rescue n'est pas un traitement médical (tout comme les autres fleurs), mais sert de soutien, d'apaisement, de levier, d'appui.

Une crème Rescue, à laquelle on a ajouté Crab apple/pommier sauvage, est disponible pour les usages externes (ulcères, foulures, piqûres, brûlures).

L'action douce des fleurs ne présente aucun effet secondaire, aucune contre-indication. Elle convient donc aux bébés, enfants, adultes, personnes âgées, aux animaux et aux plantes.