



Intuitive MaMa[®]

Nathalie Auzeméry

Les 10
incontournables
à connaître pour
bien commencer avec
les fleurs de Bach



Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach



Avant toute chose

Je vous propose de visionner une courte vidéo de présentation!, avant votre lecture.



Cliquez
ici

https://www.youtube.com/watch?v=O866tmMNJel&ab_channel=NathalieAuzem%C3%A9ry



Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach



Edward Bach

Je vous présente Edward Bach, l'inventeur de ce système pour nous accompagner sur le chemin de notre guérison émotionnelle.

Il est né un 24 septembre 1886 et décédé le 27 novembre 1936.



Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach



Edward Bach et sa conception de la maladie

« La santé est notre patrimoine, notre droit. C'est l'union complète et entière de l'âme, de l'esprit et du corps; et ce n'est pas un idéal inaccessible, mais quelque chose de si simple et de si naturel que bon nombre d'entre nous l'oublent. »



« Ne laissez pas la simplicité de cette méthode vous dissuader de l'employer, car vous vous apercevrez que plus vos recherches progressent, plus vous comprendrez la simplicité de toute la création »

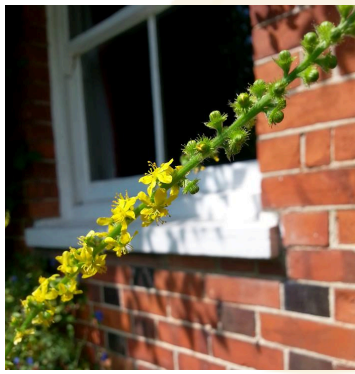
« Un honnête examen de conscience nous révélera la nature de nos erreurs »

« C'est de nous-mêmes dont nous souffrons,
et c'est à nous de nous guérir. »

Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach

1 Les fleurs de Bach?

- Se sont des petits flacons en verres teintés que nous trouvons dans les pharmacies, parapharmacies ou boutiques bios.
- Les premières fleurs ont été découvertes en 1928.
- Elles sont issues des plantes, les arbres, et de fleurs sauvages.
- Il est très simple de fabriquer nos propres fleurs.
- Elles ont pour mission de nous équilibrer émotionnellement.
- Elles nous accompagnent sur nos émotions de brèves ou longues durées, sur nos traits de caractères aussi.
- Elles ne nous changent pas, elles nous soutiennent pour que nous puissions prendre conscience de nos états, et modifier nos comportement, en douceur et dans le respect de chacun.



✿ Saviez-vous qu'il y a environ 293 millions de combinaisons possibles, avec seulement 39 fleurs?

Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach

2 Les fleurs de Bach, ne sont pas :

- Des médicaments.
- Des huiles essentielles.
- Des substitues de la médecine.
- Elle ne remplacent pas les consultations médicales, chirurgicales, psychiatriques, avec un psychologue, un psychanalyste.
- Elles ne sont pas concernées par les maladies.
- Elles ne sont pas difficile à prendre.
- Compliqué à comprendre.
- Ce ne sont pas des placebo.
- Elles n'ont aucun effets indésirables.
- Et aucune accoutumance.



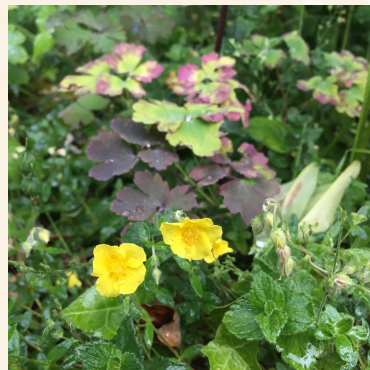
✿ Saviez-vous que des fleurs de Bach sont recommandées par de nombreux professionnels de santé?

Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach

3

Les fleurs de Bach, simplicité!

- Les fleurs de Bach sont simples à prendre, tout comme elles sont simple à comprendre et à fabriquer.
- Si le choix des fleurs n'est pas tout à fait approprié à vos besoins, rien de grave, il ne rien se produire puisque les fleurs de Bach n'agissent que sur les émotions limitantes qui doivent être transformées.
- Si vous êtes en équilibre émotionnel, nul besoin de fleurs.
- Il est parfois difficile d'être vraiment clair et lucide face à ses propres émotions, c'est pourquoi avec l'aide d'un conseiller en Fleurs de Bach, nous aurons l'assurance d'une écoute objective et d'un choix de fleurs bien ciblées.
- Liste des Conseillers agréés par la fondation Bach dans le monde sur www.bachcentre.com



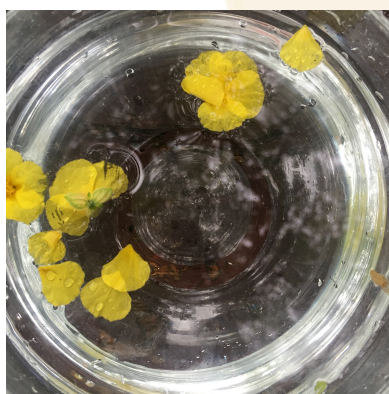
✿ Saviez-vous que des fleurs de Bach agissent aussi sur les traits de caractères?

Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach

4

Les fleurs de Bach 38 ou 39?

- Les fleurs de Bach sont au nombre de 38.
- La trente-neuvième fleur c'est un complexe de 5 fleurs plus connu sous le nom de RESCUE®.
- Cherry Plum, Clematis, Impatiens, Rock Rose, Star of Bethlehem.
- C'est le seul composé de plusieurs fleurs, qu'Edward ai créé.



Saviez vous que l'on peut prendre à la fois une fleur et du RESCUE® en même temps?

Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach

5

Les fleurs de Bach, pour qui?

- Les fleurs de Bach sont pour tous :
- Les bébés
- Les enfants
- Les adolescents
- Les femmes enceintes
- Les personnes malades
- Les personnes âgées
- Les animaux



✿ Saviez-vous que les plantes peuvent elles-aussi profiter des bienfaits des fleurs de Bach?

Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach

6

Les fleurs de Bach Introspectives qui nous aident à nous poser des questions

Est-ce que je sais reconnaître et aimer mes défauts?

Quelle est l'émotion, la plus récurrente chez moi?

Quelle est la qualité que j'admire le plus en général?

Quelle est l'émotion est la présente en moi, en ce moment ?

Après la prise de la Fleur, qu'est-ce que j'observe en moi ?

Quel comportement j'adopte quand une situation est difficile à vivre?

À quoi je reconnais que j'ai besoin de prendre une Fleur ?

Quel est le trait de mon caractère le plus évident ?

Qu'est-ce que je déteste plu plus chez l'autre ?



✿ Saviez-vous qu'Edward Bach considère qu'il est essentiel d'être autonome dans la prise en charge de notre santé?

Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach

7

Les fleurs de Bach, comment les prendre?

- Elles se prennent par voie orale.
- Deux gouttes que l'on prend directement du flacon, que l'on met pures dans la bouche.
- Au choix nous pouvons également mettre deux gouttes dans un verre d'eau à boire à petites gorgées.
- Quel que soit le cas de figure c'est à raison de quatre fois par jour que ce prennent les Fleurs de Bach.



Saviez-vous que vous pouvez prendre des fleurs de Bach, autrement que par voie orale?

Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach

8

Les fleurs de Bach, fleurs sauvages?

Bach a cherché et testé de nombreuses plantes, avant d'avoir sélectionné les 38 fleurs. Il a opté pour les Fleurs, puisque selon lui ce sont elles qui contiennent les vertus principales pour traiter les émotions. Il a étudié et observé pendant 6 ans les fleurs sur tous les chemins d'Angleterre, détaillé, examiné toutes les plantes notant le sol, sur lesquels elles poussent, l'endroit, la couleur, la forme, le nombre des pétales et davantage encore puisqu'il est convaincu que toutes réponses se trouvent dans la nature. Passant des heures à observer la nature, marcher, regarder tous les détails de toutes les plantes qu'ils croisent, le long des rivières, dans les champs, les montagnes, décryptant la moindre caractéristique de chaque plante étudiée, il est convaincu que les fleurs sauvages recèlent les propriétés médicinales recherchées.

La majorité des sites identifiés par le Dr Bach lui-même ont été respectés, et aujourd'hui la méthode de fabrication des Fleurs ainsi que la sélection de ces dernières sont restées inchangées depuis le décès du Dr Bach.



 Saviez-vous que des fleurs de Bach, il y en a deux qui ne sont pas des fleurs?

Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach

9 Les fleurs de Bach et l'autonomie.

- Pas de flacons déjà préparés avec différentes fleurs, non sélectionnés par vos soins.
- Nous sommes tous différents, donc nous sommes responsables de nos émotions et nous réalisons notre flacon avec les fleurs que nous avons choisies.
- Autonomie et la simplicité.
- La/Les prises de conscience au moment du choix et de la sélection de ou des fleurs, participent à une meilleure compréhension de nous-même.

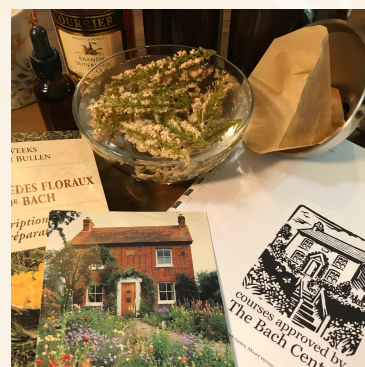


✿ Saviez-vous que vous pouvez vous faire vos propres flacons personnels?

Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach

10 Les fleurs de Bach ça s'apprend.

- Un Programme de Formation Centre Bach
- La Formation peut se dérouler sur 40 pays
- Ces cours sont ouverts à tous et propose différents stages pour pratiquer et conseillers les Fleurs de la même façon que le faisait le Dr Bach dans les années 30.
- Il y a trois niveaux de stage:
Niveau 1 sur deux jours, consiste à l'initiation
Niveau 2 sur deux jours, au perfectionnement
Niveau 3 sur trois jours, pour la formation à la pratique professionnelle.
- À la suite des trois niveaux, possibilité d'inscription au registre des Conseillers Agréés à la fondation Bach (GB)



Saviez-vous que j'enseigne les trois niveau de stage des fleurs de Bach?

Voir les vidéos sur mon site

13

www.gueristoitoimaime.com

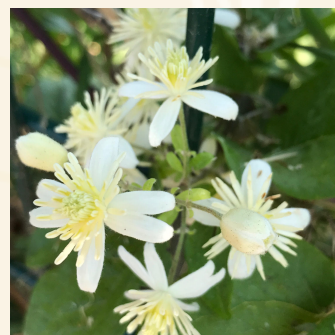
Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach



Qu'est-ce que je ressens?

Comme une météo interne nous devons prendre le temps de nous sonder, de nous écouter et nous poser des questions, pour prendre en considération, nos émotions qui ensuite nous mèneront vers les fleurs.

- Est-ce que je prends en considération mes émotions?
- Est-ce que je vais bien?
- Est-ce que je sais quand je vais moins bien?
- Qu'est-ce qui m'empêche d'être bien en ce moment ?
- Quand je vais bien, à quoi je le vois ?
- Est-ce un trait de mon caractère ?
- Est-ce que cette émotion est nouvelle ?
- Est-ce que je vis ce sentiment occasionnellement?
- Est-ce redondant chez moi ?
- Est-ce que j'ai toujours un peu été comme cela ?
- Est-ce que cette émotion m'est agréable?
- Est-ce que je ne veux rester comme cela toute ma vie?



 Saviez-vous qu'en observant nos émotions, nous apprenons tout à la fois, sur nous et sur les fleurs de Bach?

Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach



Les 38 fleurs de Bach



- | | | |
|---------------------------------------|--|---|
| ☐ Agrimony | ☐ Mimulus | ☐ Remède d'urgence |
| ☐ Aspen | ☐ Mustard | ☐ Crème d'urgence |
| ☐ Beech | ☐ Oak | |
| ☐ Centaury | ☐ Olive | |
| ☐ Cerato | ☐ Pine | |
| ☐ Cherry Plum | ☐ Red Chestnut | |
| ☐ Chestnut Bud | ☐ Rock Rose | |
| ☐ Chicory | ☐ Rock Water | |
| ☐ Clematis | ☐ Scleranthus | |
| ☐ Crab Apple | ☐ Star of Bethlehem | |
| ☐ Elm | ☐ Sweet Chestnut | |
| ☐ Gentian | ☐ Vervain | |
| ☐ Gorse | ☐ Vine | |
| ☐ Heather | ☐ Walnut | |
| ☐ Holly | ☐ Water Violet | |
| ☐ Honeysuckle | ☐ White Chestnut | |
| ☐ Hornbeam | ☐ Wild Rose | |
| ☐ Impatiens | ☐ Wild Oat | |
| ☐ Larch | ☐ Willow | |



Saviez-vous que des fleurs de Bach sont classées dans 7 groupes émotionnels?

Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach



Mes émotions du jour

Nous sommes le-----

Ce Matin au réveil, je ressens -----

Ce Midi j'ai la sensation de

Cet après-midi l'émotion la plus présente est -----

Ce soir mon émotionnel est

• Au moment où, je me couche, je fais le bilan :
de mon auto-écoute:

• Qu'ai-je pu observer?-----

• Qu'ai-je compris de mes émotions?-----

• Qu'ai-je envie de changer?-----

 Saviez-vous que les fleurs de Bach sont aussi un outil de développement personnel?



Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach



Quelques pistes...vous dites que vous ressentez de l'angoisse?

- Est-ce que je suis joyeux, mais au fond je suis angoissé et je ne fais qu'éviter mes émotions, de dire que tout va bien pour éviter de discuter de ce que je ressens ? [Agrimony](#)
- Est-ce que je me sens tendu, impatient, un rien m'énerve, angoissé parce que rien ne va assez vite pour moi, que je n'obtiens pas ce que je souhaite dans les temps ? [Impatiens](#)
- Est-ce que j'ai le sentiment d'être préoccupé, angoissé par mes pensées, de ne plus pouvoir me concentrer parce que j'ai la tête pleine, et qu'il m'est impossible de décrocher ? [White Chestnut](#)
- Est-ce que l'avenir me préoccupe, m'inquiète et j'imagine un futur sombre, m'angoisse et m'empêche d'avancer, me fait peur parce que rien actuellement n'est rassurant ? [Mimulus](#)
- Est-ce que je ne peux m'empêcher de m'inquiéter de m'angoisser pour mes proches, de m'imaginer le pire pour ceux que j'aime, d'avoir envie de les surprotéger, afin de leur éviter de vivre de mauvaises choses ? [Red Chestnut](#)

 Saviez-vous que toutes situations, peuvent être soutenue par les fleurs de Bach ?

Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach



Pourquoi prendre un rendez-vous avec soi?

- Apprendre à se faire accompagner pour être plus juste dans la pertinence du choix, des fleurs, parce que nous sommes quelque fois tellement englués dans notre émotionnel, que nous n'y voyons plus très clair.
- Un rendez-vous d'une heure avec un Conseiller Agréé du centre Bach.
- Pour faire le point ensemble et décrypter les ressentis émotionnels du jour.
- Lien du [centre Bach](#)



Saviez-vous que nous sommes plus de 3500 dans le monde à pratiquer des Conseils en fleurs de Bach agréés par le centre Bach en Angleterre?

Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach



Qui suis-je?



- Depuis février 2003 je suis Conseillère fleurs de Bach et formatrice pour le centre Bach, depuis 2017.
- Plus qu'une passion, ma mission est de participer à éduquer toutes personnes avec lesquelles je suis en contact qui souhaitent comprendre et utiliser les fleurs de Bach au quotidien.
- Ma devise c'est « *Notre créativité transcende toutes nos limites en nouvelles perspectives* »
- Ce que je préfère c'est partager ma passion et rendre autonome chacun avec l'approche du système originel du Dr Bach., les rendre « accessibles à tous » « compréhensives » « simplifiées »
- Je passe tout mon temps à vivre avec les fleurs de Bach qui ne représentent pas un travail mais une philosophie de vie.
- Depuis plus de 25 ans, je communique, je partage, je crée, je vie et j'apprends de la sagesse des fleurs de Bach.



Saviez-vous que j'ai écrit des Livres sur les fleurs de Bach?



Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach



Qu'est-ce qui m'a le plus impacté dans ce pdf

[illegible]

Saviez-vous tout cela au sujet des fleurs de Bach?

Les 10 incontournables à connaître pour bien commencer avec les fleurs de Bach



Notes personnelles

A series of horizontal dashed lines for taking notes.



Saviez-vous que vous aurez encore plein de choses à apprendre sur les fleurs de Bach?

Intuitive
MaMa[®]

Nathalie Auzeméry