

Sommaire

Chapitre 1 : Introduction	9
1. Une nouvelle approche du sens de la vie Définition de la thérapie florale du Dr Edward Bach.	17
2. Comment se servir du présent ouvrage	21
Chapitre 2 : Des fleurs pour guérir l'âme	
Une thérapie à la dimension humaine.	23
1. Les idées d'Edward Bach, médecin.	24
2. Croire en l'intuition	26
3. La vie d'Edward Bach, son génie, sa compassion pour l'homme souffrant.	28
4. La simplicité, principe de base de la thérapie florale de Bach. Son originalité décrite en huit points.	32
Chapitre 3 : «Guéris-toi toi-même» («<i>Heal Thyself</i>»)	
Les bases spirituelles de la thérapie florale de Bach	35
1. Création et destin.	36
2. Vices et vertus	37
3. Maladie et santé.	38
4. La cause réelle des maladies.	39
5. Mettre en œuvre la guérison selon Bach	40
Chapitre 4 : Comment agissent les quintessences florales de Bach ?	45
1. Approche spirituelle.	46
2. Approche bioénergétique	47
3. Approche naturopathique	50
4. Approche immunologique	50
5. Un témoignage.	50
Chapitre 5 : Edward Bach et les plantes de l'âme.	53
1. La fleur et l'épanouissement de l'être humain	54
2. Les critères de Bach pour le choix des plantes	55
3. Une dynamisation simple : la macération solaire et la décoction	56

4. «Les joyeux compagnons du règne végétal» –
leurs caractéristiques, leur habitat naturel 57
5. Les sept grands groupes d'attitudes négatives selon Bach. 66

Chapitre 6 : Les quintessences florales de Bach –

38 portraits floraux	69
1. Pour comprendre les portraits floraux	70
2. Quelques particularismes des typologies émotionnelles selon Bach . .	71
01 Agrimony – «La fleur de la sincérité»	74
02 Aspen – «La fleur de la préscience»	80
03 Beech – «La fleur de la tolérance»	86
04 Centaury – «La fleur de la serviabilité»	92
05 Cerato – «La fleur de l'intuition»	98
06 Cherry plum – «La fleur du calme intérieur»	102
07 Chestnut bud – «La fleur de l'apprentissage»	108
08 Chicory – «La fleur de l'amour maternel»	114
09 Clematis – «La fleur de la réalité»	120
10 Crab apple – «La fleur de la purification»	126
11 Elm – «La fleur de la responsabilité»	132
12 Gentian – «La fleur de la foi»	136
13 Gorse – «La fleur de l'espoir»	140
14 Heather – «La fleur de l'identité»	144
15 Holly – «La fleur de l'ouverture du cœur»	150
16 Honeysuckle – «La fleur du passé assimilé»	156
17 Hornbeam – «La fleur du dynamisme»	162
18 Impatiens – «La fleur d'une autre notion du temps»	166
19 Larch – «La fleur de la confiance en soi»	172
20 Mimilus – «La fleur du courage»	178
21 Mustard – «La fleur de la lumière»	184
22 Oak – «La fleur de l'endurance»	190
23 Olive – «La fleur de la régénération»	196
24 Pine – «La fleur de l'acceptation de soi»	200
25 Red Chestnut – «La fleur de l'autonomie»	206
26 Rock Rose – «La fleur de la terreur aiguë»	212
27 Rock Water – «La fleur de la flexibilité»	216
28 Scleranthus – «La fleur de l'équilibre»	222
29 Star of Bethlehem – «La fleur du réconfort»	228
30 Sweet chestnut – «La fleur de la délivrance»	234
31 Vervain – «La fleur de l'enthousiasme»	238

32	Vine – «La fleur de l'autorité»	244
33	Walnut – «La fleur de la re-naissance»	250
34	Water Violet – «La fleur de la communication»	256
35	White Chestnut – «La fleur des pensées»	262
36	Wild Oat – «La fleur de la vocation»	268
37	Wild Rose – «La fleur de la joie de vivre»	272
38	Willow – «La fleur du destin»	276
39	Rescue – «Remède d'urgence»	282

Chapitre 7 : Comment choisir les quintessences florales de Bach ? . . . 287

1.	Familiarisez-vous avec les 38 portraits floraux	289
2.	Observez vos propres réactions négatives	290
3.	Étudiez la nature humaine	291
4.	Faites vos premières expériences avec les quintessences florales de Bach	292
5.	«Guéris-toi toi-même» : les limites.	294

Chapitre 8 : Vous voulez aider les autres avec les quintessences florales de Bach 299

1.	La préparation intérieure	302
2.	Comment conduire un entretien Bach	305
3.	Assurer le suivi de l'entretien	310

Chapitre 9 : Les quintessences florales de Bach dans la pratique . . . 311

1.	Préparation, dosage, absorption.	312
	<i>Deux méthodes de préparation classiques</i>	312
	<i>Autres formes d'utilisation.</i>	314
	<i>Conservation des quintessences florales de Bach</i>	315
	<i>Adapter individuellement le dosage et les prises</i>	316
	<i>Les quintessences de Bach et les autres systèmes thérapeutiques</i> . .	318
2.	Que se passe-t-il en prenant les quintessences florales de Bach ? . .	320
	<i>Deux réactions classiques</i>	321
	<i>Autres réactions possibles</i>	323
	<i>Les rêves, vecteurs d'une connaissance</i>	325
	<i>Absence de réaction.</i>	326
3.	Quelques domaines spécifiques pour l'utilisation des quintessences florales de Bach	328
	<i>En complément d'un traitement médical</i>	329
	<i>Les enfants et les quintessences florales de Bach</i>	332

<i>Les cycles féminins, la grossesse, l'accouchement</i>	
<i>et les quintessences florales de Bach</i>	337
<i>La vieillesse et les quintessences florales de Bach.</i>	339
<i>Les toxicomanes, handicapés divers, patients en psychothérapie</i>	
<i>et les quintessences florales de Bach</i>	340
<i>Les animaux domestiques et les quintessences florales de Bach.</i>	342

Chapitre 10 : Ressemblances et divergences entre les	38
quintessences florales de Bach.	347
Tableau synoptique des comparaisons florales	384

Chapitre 11 : Modules d'exemples pour l'élaboration de	
mélanges de quintessences personnalisés.	387
1. Comment utiliser les modules d'exemples	388
2. Les grands groupes d'attitudes négatives	390
3. Modules d'exemples pour l'élaboration de mélanges	
de quintessences personnalisés	391

Chapitre 12 : Questionnaires	413
1. Comment utiliser les questionnaires	414
2. Questionnaire A (situation actuelle)	418
3. Questionnaire B (situation de fond)	421
4. Questionnaire C (affinement du choix I)	425
5. Questionnaire D (affinement du choix II)	427
6. Tableau récapitulatif	429

Chapitre 13 : Glossaire (mots clés, questions et réponses)	431
---	------------