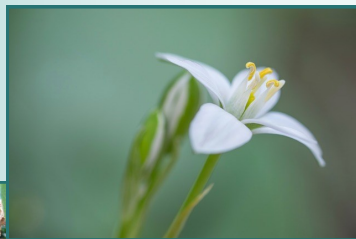




## Deuil et fleurs de Bach

Lorsque nous perdons un être cher, notre monde s'écroule. Nous sommes assaillis par un flot d'émotions qui se succèdent, se mêlent, se bousculent: choc, tristesse, colère, culpabilité, révolte, solitude, ...



Ces émotions sont naturelles mais il arrive qu'elles deviennent trop envahissantes.

Avec les fleurs de Bach, vous optez pour une approche naturelle et simple pour accueillir les émotions que vous vivez. Les fleurs vous accompagneront tout au long du processus de deuil.

## Humilité, Simplicité et Compassion

Telle était la devise du Docteur Edward Bach.

En repérant les émotions et états d'esprit à l'origine de notre souffrance, nous pouvons trouver les remèdes dont nous avons besoin pour retrouver l'équilibre.

Convaincu que la nature offrait tout ce dont nous avons besoin, entre 1928 et 1935, il y collecta 38 fleurs et bourgeons d'arbres.

Il souhaitait que son système de guérison soit le plus simple possible et utilisé par tous.

Il décrit avec précision chaque état émotionnel lié aux fleurs afin que nous puissions facilement les retrouver en nous-même.

Les fleurs nous accompagnent naturellement à chaque étape de notre reconstruction afin d'apprendre à vivre autrement après un deuil.



## Les remèdes

Les 38 remèdes couvrent tous les états émotionnels et se présentent sous forme liquide, conservés dans de l'alcool. Vous les trouverez en pharmacie ou en magasin bio.

## Posologie

- Prenez deux gouttes de chaque fleur sous la langue ou diluées dans un verre d'eau.

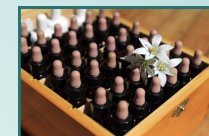
OU

- Diluez deux gouttes de chaque fleur dans un flacon avec pipette de 30 ml d'eau de source dont vous prenez 4 gouttes sous la langue ou diluées dans un verre d'eau.

- Mélangez 7 fleurs au maximum.

- Prenez la fleur ou le mélange au minimum 4 fois par jour. Vous pouvez dépasser la dose et en prendre dès que vous sentez un état émotionnel apparaître et ce, jusqu'à sa disparition (espacez la prise de quelques minutes).

- Ne mettez pas la pipette en contact avec la bouche.



Les exemples ci-après ne sont qu'un petit éventail des émotions que vous pourriez rencontrer. Contactez un conseiller pour une approche personnalisée.

[www.aimotions.be](http://www.aimotions.be)

0476/86 68 28

[www.v-landolt.be](http://www.v-landolt.be)

0477/50 97 45



*Je suis tellement triste que je vais me faire engloutir par mon chagrin. Il n'y a pas d'issue, je suis désespérée.*



*C'est difficile de me retrouver seule dans l'appartement et de prendre de nouvelles habitudes.*



**Sweet Chestnut** pour retrouver espoir et foi en la vie.

**Walnut** pour vous adapter aux changements dans votre vie quotidienne.



*Je m'inquiète sans arrêt pour mes enfants. Comment vont-ils faire sans leur père? Et s'ils vont mal et ne me parlent pas? Et s'il leur arrive quelque chose?*

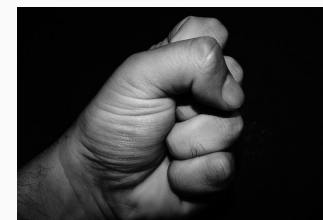


*Tous les soirs depuis son départ, je feuillète nos albums photos, je me repasse les vidéos de vacances.*

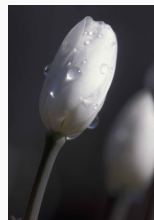
**Honeysuckle** pour vivre davantage dans le présent et moins dans les souvenirs.

**Red Chestnut** pour retrouver confiance en la capacité de vos proches à vivre leur deuil, pour leur laisser l'espace dont ils ont besoin.

*La tristesse de l'avoir perdu et ce sentiment de vide ne me quittent pas.*



*J'aurais dû être plus présente, lui dire que je l'aime.*



**Star of Bethlehem** pour vous ouvrir à la consolation.

*Je suis en colère, il est parti sans que je puisse lui dire au revoir, personne ne m'a prévenue de son état.*



**Pine** pour vous défaire du sentiment de culpabilité et la certitude d'avoir fait tout ce qui était en votre pouvoir.

*J'aimerais être seule, avoir la paix mais tout le monde se sent obligé de me faire la conversation. Ils m'envahissent!*

*Après tout ce que j'ai fait pour lui, il n'avait pas le droit de m'abandonner!*

**Holly** pour apaiser le sentiment de colère ou les ressentiments liés à l'événement.



**Water Violet**, pour rétablir l'équilibre entre les moments de solitude et occasions d'échanges de qualité avec votre entourage.

**Chicory** pour adoucir le sentiment que vous n'avez pas été suffisamment reconnu pour votre amour.

www.aimotions.be  
0476/86 68 28  
www.v-landolt.be  
0477/50 97 45

