

Fleurs de Bach - fleurs de personnalité

Pour le docteur Bach, chacun d'entre nous a « une personnalité bien à soi et notre tâche consiste à développer, et autant que possible, perfectionner cette personnalité. » Les fleurs nous aident sur ce chemin en nous permettant de rester fidèles à nous-mêmes, heureux et en bonne santé.

Dans le système des 38 fleurs qu'il nous a laissé, toutes correspondent à des émotions, des ressentis, et certaines sont également des fleurs de type, de personnalité. En découvrant cet aspect de la méthode, nous pouvons aborder notre vie avec un autre regard. « Comment suis-je depuis que je suis tout.e petit.e ? Qu'est-ce qui m'attire ou me repousse particulièrement chez ceux qui m'entourent, que je croise ? Qu'est-ce qui est ma nature profonde, mon tempérament, ma plus grande qualité (ou peut-être mon plus grand défaut) ? »

Enfants, nous sommes spontanés, naturels, authentiques. Au fur et à mesure que nous grandissons, il nous arrive de nous éloigner de nous-même, pour être en phase avec nos proches, notre culture, la société dans laquelle nous vivons. Nous devenons adultes, sommes bien adaptés à la vie qui est la nôtre et pourtant nous pouvons ressentir un décalage, une sensation diffuse de ne plus vraiment savoir qui nous sommes au-delà de nos titres ou fonctions. **QUI SUIS-JE ?** Quand nous rencontrons quelqu'un nous lui demandons rarement QUI IL EST, et nous intéressons plutôt à CE qu'il FAIT. Quel beau cadeau de ma maman, d'entendre avec un regard plein d'amour : « Je retrouve la petite fille que tu étais ! » alors que je suis dans la cinquantaine.

Si nos pas nous ont guidé sur le chemin de notre âme, de qui nous sommes vraiment, nous avançons sereinement dans la vie. Si nous sentons un inconfort, des tensions intérieures, que nous ne nous sentons pas en paix, ou que la santé nous fait défaut, cela pourrait être le signe que nous nous écartons de notre chemin. Prendre un temps pour soi, un temps de retour à soi, d'introspection, de calme nous permet de faire taire le brouhaha de l'existence pour renouer avec le silence de la Vie. Et dans ce silence, notre âme peut nous parler, nous rappeler qui nous sommes vraiment. Et dans cet espace calme, les fleurs, telles des compagnes de voyage, peuvent nous guider.

Les **Conseillers Agréés en Fleurs de Bach du Centre Bach** peuvent vous accompagner à la découverte de vos fleurs de type. Nous avons tous une ou quelques fleurs qui sont « nos fleurs ». Les connaître nous aide à traverser les challenges de la vie et à rester en équilibre le plus souvent possible. Au travers d'une écoute centrée sur nos émotions, nos ressentis, le Conseiller Agréé nous propose un « bouquet » de fleurs tout en nous enseignant la méthode pour que nous puissions l'utiliser par nous-même.

Vive les chemins fleuris pour un monde plus paisible !