



## Questionnaire Fleurs de Bach Originales

Trouvez votre mélange de Fleurs de Bach personnel!

Quelles déclarations décrivent le mieux ce que vous ressentez personnellement?

Trouvez votre mélange personnel en cochant la case précédant le nom de la fleur (7 max.).

### 1. Peur

<input type="checkbox"/> Vous vous sentez souvent mal à l'aise et ressentez des peurs inexplicables.	<input type="checkbox"/> 2 ASPEN
<input type="checkbox"/> En votre for intérieur, vous avez l'impression d'être sous pression, mais vous ne montrez pas vos sentiments et vous vous efforcez toujours de garder le contrôle de vous-même.	<input type="checkbox"/> 6 CHERRY PLUM
<input type="checkbox"/> Vous êtes timide et faites preuve d'une prudence exagérée, ou vous avez peur dans certaines situations (aller chez le dentiste ou prendre l'avion, par exemple).	<input type="checkbox"/> 20 MIMULUS
<input type="checkbox"/> Vous vous faites constamment du souci pour les autres et avez peur qu'il leur arrive quelque chose.	<input type="checkbox"/> 25 RED CHESTNUT
<input type="checkbox"/> Vous paniquez facilement, êtes souvent tourmenté par des angoisses, cela vous donne des battements de cœur et des mains moites.	<input type="checkbox"/> 26 ROCK ROSE

### 2. Incertitude

<input type="checkbox"/> Vous doutez de votre propre jugement et demandez souvent conseil à d'autres.	<input type="checkbox"/> 5 CERATO
<input type="checkbox"/> Vous êtes vite découragé, déçu ou abattu, et vous réagissez avec scepticisme et hésitation.	<input type="checkbox"/> 12 GENTIAN
<input type="checkbox"/> Au plus profond de vous, vous êtes déjà résigné, et vous réagissez à tout avec pessimisme et désespoir.	<input type="checkbox"/> 13 GORSE
<input type="checkbox"/> En cas de questions intellectuelles, vous avez du mal à démarrer, vous ressentez souvent une fatigue intérieure et un manque d'énergie.	<input type="checkbox"/> 17 HORNBEAM
<input type="checkbox"/> Vous êtes indécis et avez souvent du mal à vous décider, et vous avez des sautes d'humeur.	<input type="checkbox"/> 28 SCLERANTHUS
<input type="checkbox"/> Souvent, vous n'êtes pas satisfait de vous et ne savez pas en votre for intérieur ce que vous voulez vraiment.	<input type="checkbox"/> 36 WILD OAT

### 3. Le manque d'intérêt pour le présent

<input type="checkbox"/> Vous répétez sans cesse les mêmes erreurs et il semble que vous n'ayez pas tiré suffisamment de leçons de vos expériences.	<input type="checkbox"/> 7 CHESTNUT BUD
<input type="checkbox"/> Vous êtes souvent dans la lune, votre esprit et vos pensées étant ailleurs, vous rêvassez et avez une imagination débordante.	<input type="checkbox"/> 9 CLEMATIS
<input type="checkbox"/> Vous pensez souvent au passé, vous êtes mélancolique ou vous avez le mal du pays.	<input type="checkbox"/> 16 HONEYSUCKLE
<input type="checkbox"/> Souvent, vous ressentez une mélancolie et une tristesse inexplicables, et vous prenez les choses trop au sérieux ou vous pleurez facilement.	<input type="checkbox"/> 21 MUSTARD
<input type="checkbox"/> Vous vous sentez épuisé corps et âme, au bout du rouleau, vous n'en pouvez plus.	<input type="checkbox"/> 23 OLIVE
<input type="checkbox"/> Vous avez du mal à ne pas penser à vos problèmes, à vous décontracter, et vous n'arrivez tout simplement pas à vous débarrasser de certaines pensées.	<input type="checkbox"/> 35 WHITE CHESTNUT
<input type="checkbox"/> Vous êtes souvent indifférent et apathique, mais aussi résigné, ne faisant plus aucune tentative pour améliorer la situation.	<input type="checkbox"/> 37 WILD ROSE

## 4. Retrait intérieur, solitude

La plupart de vos préoccupations sont axées sur votre propre personne, vous n'aimez pas être seul et vous parlez beaucoup de vous.	14 HEATHER
Vous êtes impatient et légèrement irritable, vous vous sentez bousculé et beaucoup de choses vont bien trop lentement pour vous.	18 IMPATIENS
Vous vous retirez souvent dans votre coquille, et vous voulez résoudre vos difficultés de préférence tout seul.	34 WATER VIOLET

## 5. Hypersensibilité, problèmes de limites

Vous cachez vos problèmes derrière une façade d'amabilité et de gaieté.	1 AGRIMONY
Vous ne savez pas dire non parce que vous voulez toujours faire plaisir aux autres.	4 CENTAURY
Vous êtes souvent jaloux et réagissez avec méfiance, vous devenez vite agressif ou vous vous vexez facilement.	15 HOLLY
Dans les phases de votre vie où vous prenez un nouveau départ, intérieur ou extérieur, vous manquez d'assurance et vous laissez facilement décourager par les autres.	33 WALNUT

## 6. Découragement et désespoir

Vous ressentez un besoin profond d'ordre, de propreté, et vous rêvez d'un physique parfait.	10 CRAB APPLE
Vous avez le sentiment de ne pas être à la hauteur de votre tâche ou de votre responsabilité.	11 ELM
Vous vous sentez moins capable que les autres, manquez souvent de confiance en vous et craignez l'échec.	19 LARCH
Votre sens du devoir est si profond que même exténué, vous allez jusqu'au bout, et vous n'abandonnez jamais.	22 OAK
Vous avez vite mauvaise conscience et vous vous faites souvent des reproches.	24 PINE
Vous ne vous êtes pas encore remis d'un bouleversement ou d'un choc émotionnel ou physique, qu'il vous faut assimiler à présent.	29 STAR OF BETHLEHEM
Vous avez l'impression de marcher dans une voie sans issue, et croyez avoir atteint les limites de votre endurance.	30 SWEET CHESTNUT
Vous êtes aigri et vous avez l'impression que le sort vous traite injustement.	38 WILLOW

## 7. Excès de zèle – on veut trop faire

Vous vous montrez très critique et peu tolérant vis-à-vis des autres, et vous êtes peu compréhensif.	3 BEECH
Vous vous mêlez souvent aux affaires des autres et vous êtes déçu lorsqu'ils vous rejettent.	8 CHICORY
Vous êtes très strict avec vous-même, parfois même inflexible, et vous vous posez des exigences très élevées.	27 ROCK WATER
Vous en faites souvent de trop pour la bonne cause, vous ne pouvez pas vous arrêter et vous gaspillez vos forces dans un excès de zèle. Vous avez un sens très fort de la justice.	31 VERVAIN
Vous voulez imposer votre volonté à tout prix et vous êtes très ambitieux et même dominateur.	32 VINE

## Comment les concentrés de Fleurs de Bach sont-ils utilisés?

Pour un usage de longue durée, mettez deux gouttes de chaque concentré sélectionné (sept au maximum) dans un flacon à mélange de 30 ml (ce mélange pourra également être réalisé pour vous à la pharmacie/droguerie) que vous remplirez ensuite d'eau minérale plate et d'un peu d'alcool. Prenez quatre gouttes du mélange au moins quatre fois par jour.

Pour de plus amples informations, adressez-vous à votre pharmacie/droguerie ou consultez les informations sur le site Web [www.bachblutenwissen.ch](http://www.bachblutenwissen.ch)

