

## 1. AGRIMONY (Aigremoine)

### La fleur de la sincérité : de l'harmonie apparente vers la paix intérieure

Ce n'est que lorsqu'on établit le contact avec son Moi supérieur que l'on peut vivre la véritable harmonie et la paix intérieure. Pour cela il faut se retourner vers son intérieur au lieu de modeler sa conduite sur l'extérieur.



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Pour l'instant le monde me semble un endroit assez pénible, hostile. Je fais de mon mieux pour rire des choses, mais elles continuent à m'écorcher.
- Je me cache derrière un sourire pour détourner le négatif un maximum, mais au-dessous je me tourmente la plupart du temps.
- Il me faut faire tellement d'efforts pour rester à la hauteur et réellement cela m'épuise. C'est une jungle là-dehors !

1

### Baromètre du comportement

#### ANTAGONISME

#### En déséquilibre

- On essaie de cacher les pensées dérangeantes ainsi que son inquiétude intérieure derrière une façade de gaieté et de déconcentration.
- Comportement : Personne apparemment joyeuse, pleine d'humour en société, très sociable, avec la dérision facile, qui ne laisse apparaître ses difficultés que pour les minimiser. Dans l'intimité, elle a du mal à s'accepter. Elle a souvent besoin de quelque chose pour tenir le coup et détourner son attention d'elle-même : possibilité de boulimie (ou d'anorexie), alcool, tabagisme, voire drogues.

#### En équilibre

- Accepter ses qualités, ses défauts, se montrer tel·le que l'on est.
- Nouveau comportement : on s'accepte avec humour, on sait dédramatiser une situation difficile. On sent en soi une force confiante qui nous permet d'aborder les circonstances variables de la vie avec tranquillité tout en gardant un grand sens sociable.

## 2. ASPEN (Tremble)

### La fleur de la prescience : du sombre pressentiment vers la sensibilité lucide

Il importe d'entraîner et de développer sciemment ses instruments de perception afin d'apprendre à distinguer les impressions reçues du monde extérieur de ses propres impulsions intérieures et de ses peurs imaginaires



### Du point de vue de la Kinésiologie

- La vie est un constant combat : c'est "JE GAGNE /TU PERDS" et plus souvent que je ne l'admets, je suis perdant.
- Bien sûr de temps en temps, je parviens à retrouver mon "Moi", mais au fond, c'est la seule chose que je puisse faire pour garder mon masque.
- Parfois je suis accablé-e par de terribles accès de peur, voire de panique.
- Que tout cela est grinçant ! Quelle lutte de simplement se forcer !

2

### Baromètre du comportement

#### HOSTILITÉ

#### En déséquilibre

- A peur sans raison apparente
- Comportement: Appréhension, peur vague, inconnue. On sent une oppression sans en percevoir l'image ou la cause. Cette sensation semble irrationnelle, ce qui la rend difficile à exprimer. Elle peut être vécue comme d'origine fantasmagorique ou occulte.

#### En équilibre

- Confiance et sécurité
- Nouveau comportement : on accepte avec confiance sa sensibilité et l'on puise dans notre foi intérieure une force réaliste.

### 3. BEECH (Hêtre)

#### La fleur de la tolérance : du jugement vers la compréhension

Le Docteur BACH disait : « Chaque mauvaise chose est une bonne chose commise au mauvais moment, au mauvais endroit »



#### Du point de vue de la Kinésiologie

- Qu'ils aillent au diable! La plupart des gens sont si inconséquents et si stupides!
- Ils ou elles disent que je suis critique, et alors? Il faut bien que quelqu'un les secoue! Je suis sarcastique? Et quoi, je ne les apprécie pas, je n'apprécie pas ma vie. Mon Dieu, si seulement je pouvais avoir de l'enthousiasme pour quelque chose!
- Je donnerais presque tout pour me sentir à nouveau réellement en vie!

3

#### Baromètre du comportement

##### ENTHOUSIASME et RESENTIMENT

#### En déséquilibre

- Critique, intolérance.
- Comportement : Critique, intolérant-e, intansigeant-e, on ne sait pas reconnaître "le bien qui gagne peu à peu". Par notre attitude, on s'isole. Au fond, on ressent un grand besoin de perfection mais on ne supporte pas la "médiocrité" chez les autres.

#### En équilibre

- Indulgence, compréhension, acceptation des différences
- Nouveau comportement : Indulgence, compréhension, tolérance, la perfection se construit merveilleusement chaque jour.

## 4. CENTAURY (Centaurée)

### La fleur de la serviabilité : de la servilité à la serviabilité

On ne sert notre Moi le plus haut qu'en accomplissant son propre plan de vie.



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Je suis fatigué·e la plupart du temps, épuisé·e.
- Il n'y a vraiment aucun espoir dans le fait de devoir vivre en fonction des attentes des autres.
- Je me sens victime parce que je suis victime, tout le temps, de tout le monde.
- Même si je sais que je laisse les choses se passer ainsi, je me sens si séparé·e de moi-même qu'il me semble que je n'ai aucune volonté propre. C'est terriblement déprimant.

4

### Baromètre du comportement

#### SÉPARATION

#### En déséquilibre

- Ne pas oser dire non.
- Comportement : Faiblesse de la volonté propre, tout faire pour éviter le conflit, accepter même au détriment de soi. Vous vous sentez exploité·e, vous avez tendance à trop donner de vous, souvent dans l'espoir d'arranger les choses.

#### En équilibre

- Servir avec sagesse et discernement, volonté
- Nouveau comportement : Rendre service est une qualité innée chez ces personnes qui se respectent et sont respectées. Dans cet état d'être équilibré, vous êtes capable de dire oui et non à bon escient. Parfois, refuser rend plus service qu'accepter.

## 5. CERATO (Plumbago)

### La fleur de l'intuition : de la faiblesse de jugement à la certitude intérieure

Les réponses justes concernant son propre plan de vie ne se trouvent pas à l'extérieur, seulement à l'intérieur de nous-mêmes



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Au fond de moi, je me sens trahi·e par la vie elle-même et pourtant je me vois agir comme si la culpabilité était mienne.
- J'apaise les gens, je les supporte, même s'ils me font mal, je fais tout pour être acceptable. Bien sûr, j'ai mes propres opinions, mais c'est moins important que de ne pas secouer le bateau puisqu'il tanguait déjà.
- Je veux être reconnu·e comme étant OK, même si je dois compromettre mes propres croyances pour y arriver.

5

### Baromètre du comportement

#### INDIFFÉRENCE ou CHAGRIN / CULPABILITÉ

#### En déséquilibre

- Confiance insuffisante dans sa propre intuition et recherche de l'avis d'autrui.
- Comportement : On est tellement peu confiant·e dans ce que l'on perçoit de nous que nous préférons nous remettre à l'avis d'autrui au détriment de nos propres intérêts ou inspiration. On doute de pouvoir ressentir ce qui est juste. On a besoin de connaître ce qu'en pensent les autres ou ce qu'ils ou elles feraient à votre place.

#### En équilibre

- Renouer avec sa certitude intérieure.
- Nouveau comportement : On sait que l'on sait. Si l'on nous prodigue un conseil, nous intégrons cette information et on peut l'utiliser. On sait prendre nos décisions et nous y tenir.

## 6. CHERRY PLUM (Prunier)

### La fleur du calme intérieur : de la tension extrême vers la détente



Décider de s'ouvrir et de percevoir les instructions de mon Moi supérieur et ensuite d'agir en toute confiance en suivant ce guide.

#### Du point de vue de la Kinésiologie

- Ma vie est une friche plate et grise. Il est triste de continuer à vivre quand on se sent bercé-e de fausses espérances et ravagé-e.
- On manque tellement de contact avec soi-même que l'on a la sensation de pouvoir commencer une dépression nerveuse ou exploser et faire quelque chose de terrible à quelqu'un dans un accès de rage aveugle ou se faire du mal à soi-même. Tout cela est si douloureusement triste !

6

#### Baromètre du comportement

##### INDIFFÉRENCE

##### En déséquilibre

- A peur de perdre la raison
- Comportement : La fleur de la peur qui donne la sensation du pire en soi, qui peut inciter à attenter à sa propre sécurité ou à celle d'autrui. Dans ces cas, il est très difficile de garder la tête froide, on est tout sauf raisonnable. Peu important les conséquences, il y a de la destruction dans l'air. Grand conflit intérieur.

##### En équilibre

- Apaisement et sang-froid en toute circonstance, lucidité.
- Nouveau comportement : Courage, calme dans l'épreuve, on reste en prise avec ce qui nous anime au plus profond de nous, avec notre âme.

## 7. CHESTNUT BUD (Bourgeon de marronnier)

### La fleur de l'apprentissage : de l'étourderie vers l'assimilation de l'expérience

Il faut conduire à leur fin les actions commencées, terminer les processus d'apprentissage et, sur le plan spirituel, tirer tous les avantages de l'expérience vécue pour la mettre à profit concrètement et la développer.



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Plus rien n'a d'importance. Tout ce que je fais semble mal fait, alors pourquoi me soucier de faire encore quelque chose.
- Les mêmes situations reviennent et reviennent encore et jamais je ne fais bien les choses.
- Si les zombies avaient des sensations, ils se sentiraient comme je me sens: engourdi-e.
- Si seulement je pouvais oublier le passé !

7

### Baromètre du comportement

#### INDIFFÉRENCE

#### En déséquilibre

- Répète les mêmes erreurs
- Comportement : On commet toujours les mêmes erreurs, on tombe toujours dans les mêmes pièges sans jamais donner l'impression d'avoir appris. Dès que l'épreuve est passée, on oublie l'enchaînement des causes et des effets. Naïveté, insouciance, tempérament inconséquent. La personne Chestnut Bud commet l'erreur et semble ne pas avoir pu "s'en empêcher".

#### En équilibre

- Compréhension, intégration des leçons de l'expérience.
- Nouveau comportement : On s'adapte, la vie est un apprentissage permanent, grande prise avec le présent, attention, perspicacité.

## 8. CHICORY (Chicorée)

### La fleur de l'amour parental : de l'amour possessif vers l'amour désintéressé

Puisqu'on attire ce que l'on rayonne soi-même, on trouvera à l'extérieur, selon la loi de la résonance, un écho à notre propre amour.



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Nom d'un chien, je suis furieux-se! Et vous le seriez aussi si vous voyiez refuser par les autres la sorte de vie que vous désirez !
- Je ne reçois aucun crédit pour tout ce que je fais pour « les » aider et « les » supporter, pas même la simple compréhension ! Je ne suis pas possessif-ve ou exigeant-e, je veux juste recevoir l'appréciation qui m'est due !
- Et, mon Dieu, jusqu'à ce que je l'obtienne, ce sera l'enfer à payer

8

### Baromètre du comportement

#### COLÈRE

#### En déséquilibre

- Donne pour recevoir
- Comportement : Fort répandu, ce tempérament a besoin de reconnaissance, de preuves d'affection, demande plus qu'il ne donne. Personne assez égocentrique et plaintive. Amour conditionnel, comptable de ce qui a été donné. "Après tout ce que j'ai fait pour toi !", d'où chantage affectif. Il ou elle est possessif-ve et induit souvent un sentiment de culpabilité chez l'autre.

#### En équilibre

- Don de soi
- Nouveau comportement : Donner sans attendre en retour, désintéressement, amour, sincérité, grande tendresse, compréhension profonde de l'autre, sincérité, confiance dans l'affection que l'on nous porte, quelle qu'en soit la forme.



## 9. CLEMATIS (Clématite)

### La fleur de la réalité : de la fuite de la réalité vers la réalité créatrice



Le but de notre existence est d'être perceptif·ve aux idées et aux desseins de notre Moi supérieur, de les comprendre et de les transformer en réalité

### Du point de vue de la Kinésiologie

- Personne ne s'intéresse à moi et cela m'offense profondément!
- Alors simplement, je me retire dans mes propres pensées et m'accroche à ma propre compagnie. Ce que je crée mentalement est beaucoup plus intéressant que ce qui se passe « là dehors ».
- Je ne montrerai d'intérêt pour personne tant que personne ne s'intéressera à moi. Si je dois rester seul·e, je préfère être avec moi-même

9

### Baromètre du comportement

#### INTÉRÊT et RESENTIMENT

#### En déséquilibre

- N'a pas les pieds sur terre
- Comportement : Pour le rêveur, la rêveuse, l'absent·e, refuge d'une personne qui estime la situation trop pénible et va chercher une situation plus idéale pour elle dans le futur ou ailleurs. Tempérament peu rattaché au présent, manque d'ancrage. Souvent il s'agit d'un comportement d'évitement.

#### En équilibre

- Réaliste, présent·e, inspiré·e.
- Nouveau comportement : Imaginative, réceptive, cette personne sait relier ses perceptions à la réalité du quotidien. Sait faire face aux événements, même durs. Créativité.

## 10. CRAB APPLE (Pommier sauvage)

### La fleur de la purification: de l'obsession d'ordre vers l'ordre intérieur

Rien n'est statique : tout n'est que processus en éternel mouvement où chaque élément se modifie en permanence. Ce qui paraît parfait aujourd'hui (par exemple, une maison) était encore imparfait il y a peu de temps (chantier) et bientôt cette perfection diminuera (usure).



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Je supporte presque tout si ce n'est les symptômes de maladie et de manque d'hygiène. L'impureté, les tares de toutes sortes, les problèmes physiques de ce type m'obsèdent. Il est important de prendre soin de tels états immédiatement.
- J'ai consulté pendant des années de nombreux médecins pour me débarrasser de mes propres symptômes. Je ne veux montrer aucun symptôme, l'apparence est terriblement importante, en fait, c'est la seule chose qui compte réellement.

10

### Baromètre du comportement

#### INDIFFÉRENCE

#### En déséquilibre

- A une mauvaise image de soi
- Comportement : On a envie de se nettoyer de quelque chose 'impur, pas net, sale, polluant (physiquement ou moralement). Honte, impression de dégoût, mais aussi souci du détail très poussé, pointilleux, peut tourner à l'obsession. Idéal de pureté, besoin de rangement, d'ordre, de propreté.

#### En équilibre

- Acceptation de soi, purification des pensées.
- Nouveau comportement : On fait la part entre le détail et la globalité. On perçoit les événements dans une perspective claire.

## 11. ELM (Orme)

### La fleur de la responsabilité : du doute de ses capacités vers la confiance en soi

L'être humain seul n'est pas responsable du « grand Tout », seulement de son plan de vie individuel dans lequel tous les aspects de la personnalité trouvent leur expression et leur potentialité de croissance.



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Je prends sur moi de nombreuses responsabilités, car si je ne le faisais pas, je perdrais l'amour, l'attention et l'appréciation que je désire si désespérément.
- Il vaut mieux que je me martyrise moi-même plutôt que de laisser tomber quelqu'un.
- Aussi inadéquat-e que je puisse me sentir dans ma démarche pour atteindre la perfection, cela vaut la peine de faire des efforts, même s'ils me tuent. Y arriver m'apporte la seule assurance que la vie ait à offrir. Je ne peux pas laisser tomber mes idéaux, je ne peux pas laisser tomber les autres, ce serait l'ultime trahison.

11

### Baromètre du comportement

#### PEUR DE PERDRE

#### En déséquilibre

- Se sent submergé-e par les responsabilités
- Comportement : Pour les personnes qui s'investissent dans une tâche importante et qui traversent une période de doute ou de dépression. "Je suis dépassé-e, dans quoi me suis-je engagé-e ?". Saturation des capacités mentales (ou physiques). Souvent, elles en ont trop fait.

#### En équilibre

- Solidité, en connexion avec son but, sens des priorités.
- Nouveau comportement : On est quelqu'un de solide qui sait reprendre contact avec son but, on se sent animé-e de l'intérieur, on reconnaît dans ce moment de faiblesse la nécessité de se poser, de prendre du recul pour mieux aboutir.

## 12. GENTIAN (Gentiane)

La fleur de la foi: du doute spirituel vers la confiance en un sens profond de l'existence



Dans tout processus d'évolution il y a forcément des hauts et des bas. En persévérant et en se laissant guider par son Moi supérieur, on parviendra à maîtriser les difficultés pour en ressortir fortifié-e et enrichi-e.

### Du point de vue de la Kinésiologie

- Il n'y a rien que je puisse faire en ce qui concerne le pétrin dans lequel je me trouve. Je ne peux parler de découragement ou de manque de confiance en moi .
- Cela ne ferait aucune différence parce qu'ils ne s'en soucient pas.
- En outre, parler de telles choses ne fait que les aggraver.
- Le ressentiment, le silence et le repli sont devenus ma façon de vivre. Mieux vaut l'indifférence que plus de rejet encore.

12

### Baromètre du comportement

#### INDIFFÉRENCE

#### En déséquilibre

- Est facilement découragé-e
- Comportement : Facilement découragé-e, déçu-e, abattu-e au moindre obstacle, on doute de tout, on se sent déprimé-e, le manque de confiance fait ressentir une insécurité grandissante.

#### En équilibre

- Confiance et persévérance.
- Nouveau comportement : Comportement forgé par la foi, la confiance. Les épreuves ne sont que des événements dans le flux de la vie.

## 13. GORSE (Ajonc)

### La fleur de l'espoir : de la renonciation vers un nouveau départ



Tant qu'il y a de la vie, il y a de l'espoir. On peut revoir notre situation sous un angle nouveau, plus constructif.

### Du point de vue de la Kinésiologie

- J'ai abandonné, ma situation est sans espoir et je suis sans ressource, bloqué-e à chaque tournant.
- Derrière mon masque, je suis désespéré-e, dans un état catatonique face à ce qui pourrait encore m'arriver.
- Je sais que je porterai cette anxiété toute ma vie.
- Sincèrement j'ai perdu courage sous le coup de la peur

13

### Baromètre du comportement

#### PEUR DE PERDRE

#### En déséquilibre

- Est profondément désespéré-e
- Comportement : On espère de moins en moins, moment de grand doute, renoncement intérieur. On veut bien accepter la main qu'on nous tend mais on n'y croit guère. Sentiment du "A quoi bon !", défaitisme. On est coupé-e de la foi dans son propre élan vital.

#### En équilibre

- Foi, espoir et certitude.
- Nouveau comportement : Malgré les apparences, la vie est là et on est présent-e en elle. On reconnaît la situation délicate dans laquelle on est mais on a foi dans le renouveau.

## 14. HEATHER (Bruyère)

La fleur de l'identité : de l'enfant « dépendant·e » vers l'adulte indépendant·e

Il faut être prêt·e à s'ouvrir à sa propre source d'énergie et à prendre la responsabilité de tous les aspects de notre vie.



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Dieu sait que j'ai toujours essayé de faire de mon mieux !
- Pourtant même si je n'ai rien à voir avec ce qui ne va pas, je ne peux pas m'empêcher de me sentir coupable et je ne peux m'empêcher d'avoir du chagrin face à mes propres échecs, défauts ou maladies.
- S'il vous plaît, comprenez-moi, acceptez-moi et dites-moi que j'ai bien fait les choses. Et s'il vous plaît ne me laissez pas tout·e seul·e.

14

### Baromètre du comportement

#### CHAGRIN ET CULPABILITÉ

#### En déséquilibre

- Entièrement occupé·e par soi-même
- Comportement : "Moi, je..." Ce tempérament est très polarisé sur lui-même. Il cherche à se mettre en avant, ne parle que de lui, n'écoute pas, demande beaucoup de disponibilité, épuise son interlocuteur·rice, en fait beaucoup pour qu'on s'intéresse à lui, fait tout pour attirer l'attention.

#### En équilibre

- Altruisme, désintéressement, écoute de l'autre.
- Nouveau comportement : Attentif aux autres et à leurs besoins, compréhensif, ce personnage sait se rendre disponible. Il sait écouter et utiliser son expérience à bon escient.

## 15. HOLLY (Houx)

### La fleur de l'ouverture du cœur : de la dureté de cœur vers la magnanimité

Quand on cherche l'unité et l'amour à l'extérieur, on subit nécessairement des désenchantements. J'ouvre mon cœur, puisque c'est en lui que je peux percevoir les impulsions de mon Moi supérieur dans leur forme la meilleure et la plus pure et je m'abandonne à ce guide.



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Je n'accepterai aucune remise en question de mon autorité !
- Je veux que cette situation soit rectifiée maintenant ! Je ne me permettrai pas de perdre le contrôle de la vie JAMAIS !
- Il faut battre le fer pendant qu'il est encore chaud ! Agissez ! Faites le maintenant sinon vous aurez un réel combat sur les bras !

15

### Baromètre du comportement

#### ACCEPTATION et ANTAGONISME

#### En déséquilibre

- Est animé-e par la haine, l'envie ou la jalousie
- Comportement : Cœur dur, jalousie, haine, vengeance, rancune tenace, colère, envie, confusion tourmentée des sentiments ou des comportements, perception négative des choses, suspicion. On n'arrive pas à pardonner, on ne parvient pas à "digérer".

#### En équilibre

- Esprit généreux, compréhensif, tolérant.
- Nouveau comportement : Sensation profonde de réconciliation, de pardon à soi-même et à autrui, ouverture du cœur. Cette essence est très importante quand on a le sentiment de "patauger" dans une confusion tourmentée.

## 16. HONEYSUCKLE (Chèvrefeuille)

### La fleur du passé assimilé : du temps jadis au temps présent

Comme un fleuve, la vie s'écoule et, comme lui, elle subit de perpétuels changements. La seule vraie vie c'est maintenant, le moment entre hier et demain.



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Je ne peux simplement pas faire face à mes problèmes actuels parce que je pourrais perdre mon sang-froid et faire quelque chose de terrible. Plutôt que de courir ce risque, je me tourne vers le bien, les choses heureuses qui ont eu lieu dans le passé. Cela me maintient calme et en contrôle.
- De toute façon, personne ne peut s'occuper de sa propre RAGE contenue et moi encore moins que quiconque.

16

### Baromètre du comportement

#### DISPOSITION et COLÈRE

#### En déséquilibre

- Fait volontiers référence au passé
- Comportement : Quelque chose s'est arrêté dans notre histoire : "Depuis mon départ à la retraite..., avant mon accident..., quand j'étais jeune...". Une partie importante de la vie est restée attachée au passé ou, encore, on regrette ce que l'on n'a pas réussi (sans culpabilité). Le passé devient un refuge.

#### En équilibre

- Vivre son présent riche de l'histoire
- Nouveau comportement : Bien positionné-e dans le présent, on sait avoir tiré un trait sur le passé sans le renier, on peut l'utiliser sans le regretter, on reconnaît la fluidité du cours de la vie.



## 17. HORNBEAN (Charme)

La fleur du dynamisme: de la lassitude psychique vers la vivacité de l'esprit

L'ennui, les sentiments de routine ne surgissent que si l'on se limite sur le plan psychique et qu'on n'accorde pas assez d'importance aux propositions et aux impulsions de son Moi sensitif.



17

### Du point de vue de la Kinésiologie

- Je peux encore fonctionner mais à peine. Mentalement, je suis épuisé·e.
- Les responsabilités, les relations, tout cela me rend si las·se.
- Quand vous êtes épuisé·e, personne n'attend plus rien de vous. On ne vous demande plus que ce dont vous êtes capable et ainsi, je suis certain·e de ne pas échouer.

### Baromètre du comportement

#### INDIFFÉRENCE

#### En déséquilibre

- Manque de motivation dans le quotidien
- Comportement : On évite de se mettre à sa tâche. Impression de fatigue, lassitude, ce n'est pas le bon moment, on n'est pas prêt·e, on a toujours autre chose à faire avant. Le plus difficile est "de s'y mettre", mais une fois lancé, tout va bien. Concerne souvent des tâches rébarbatives, voire difficiles, ennuyeuses, répétitives mais nécessaires.

#### En équilibre

- Aide à démarrer, fleur du "starter"
- Nouveau comportement : L'esprit reste calme et conscient de la valeur des tâches quotidiennes. Ainsi, il devient plus ouvert à l'extraordinaire, au changement. Il sait puiser instantanément l'énergie utile à son travail.

## 18. IMPATIENS (Impatiente)

La fleur d'une autre notion du temps :

de l'impatience vers la patience

Il importe plus d'accomplir ses tâches le mieux possible au bon moment que de vouloir tout achever avec précipitation.



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Je veux l'unité avec tout le monde et toute chose, mais je vois constamment des signes comme quoi je ne suis pas acceptable, des signes de rejet et de désintérêt.
- Ce n'est pas que je sois impatient·e mais je suis si conscient·e d'être exclu·e de tout et repoussé·e.
- Naturellement, je préfère travailler seul·e, ainsi je n'ai pas à m'occuper de cette terrible sensation d'être « séparé·e » qui provient des différences d'opinion et de croyance.

18

### Baromètre du comportement

UNITÉ et SÉPARATION

#### En déséquilibre

- Est impatient·e
- Comportement : Impatience, irritation, tension nerveuse, précipitation, impétuosité, réfléchir plus vite que la moyenne, s'irriter de la lenteur de l'autre ou des événements, voudrait avoir fini avant d'avoir commencé, réflexes très rapides, épuisant pour l'entourage, préférerait être seul·e.

#### En équilibre

- Patient·e, tranquille et doux·ce envers les autres
- Nouveau comportement : Patience et calme, meilleure compréhension des autres et de leur différence de rythme. Qui se met en prise avec le "timing" des événements ou des gens. Personne délicate, indulgente.

## 19. LARCH (Mélèze)

### La fleur de la confiance en soi: du sentiment d'infériorité vers l'épanouissement personnel

Notre vie est un programme d'apprentissage permanent, se modifiant sans cesse pour nous offrir toujours de nouvelles chances et possibilités.



#### Du point de vue de la Kinésiologie

- Pourquoi essayer si c'est pour échouer de toute façon ?
- Ma manière de rester en contrôle est de ne rien faire du tout. Mais ça, c'est seulement ma manière.
- J'ai de l'hostilité envers moi-même, pas envers vous. J'applaudirai vos succès, mais ne me demandez pas de réussir moi-même. J'ai vérifié, l'ennemi, c'est moi.

19

#### Baromètre du comportement

##### HOSTILITÉ

##### En déséquilibre

- Manque de confiance en soi
- Comportement : Manquant de confiance dans SES talents au point de paraître modeste, ON êtes sûr·e d'être mauvais·e et donc d'échouer. Ce qui pousse à ne pas tenter ou à faire semblant de tenter, l'épreuve. Battu·e d'avance, on ne voit qu'un résultat défavorable et non une expérience susceptible de nous apprendre quelque chose. "Complexe d'infériorité".

##### En équilibre

- Déterminé·e, capable, sans crainte du résultat
- Nouveau comportement : Réaliste dans ses ambition, confiant·e, on fait "de notre mieux" dans le moment présent, conscient·e de ses capacités. Quel que soit le résultat, il sera toujours "enseignant".

## 20. MIMULUS (Mimule)



### La fleur du courage : de la peur du monde environnant vers la confiance dans le monde

Dans le monde de la polarité, il y a la lumière (l'amour) et l'obscurité (la peur). Cependant, des deux forces, la lumière est la plus forte : si l'on ouvre la nuit la fenêtre d'une maison éclairée, la lumière se répand à l'extérieur, mais l'obscurité ne pénètre pas dans la pièce illuminée.

### Du point de vue de la Kinésiologie

- Je suis timide, terriblement timide. J'ai souffert de trop de rejets pour m'exposer de nouveau au danger.
- Comme j'aspire à trouver l'unité avec les autres! Au lieu de cela, je ressens un mur entre nous. Ils sont d'un côté et je suis de l'autre, tout seul, exclu.
- Je me sens si séparé·e de mes émotions, de moi-même en réalité.

20

### Baromètre du comportement

#### UNITÉ et SÉPARATION

#### En déséquilibre

- A peur de choses définies
- Comportement : La fleur de la peur au quotidien : peur d'être malade, d'échouer, de perdre son emploi, d'être dépassé·e, de mourir, des petites bêtes... Les phobies en général, la peur de tout ce qui peut être nommé ou identifié : objet, animal, personne, sentiment, situation. La crainte ordinaire, le trac, la timidité, les mains moites.

#### En équilibre

- Force tranquille et humour
- Nouveau comportement : Courage et force confiante. Ces personnes deviennent une aide précieuse pour celles et ceux qui se sentent perdus dans ce type de peur.

## 21. MUSTARD (Moutarde)

### La fleur de la lumière : de la sombre mélancolie vers la clarté intérieure

Pour ne pas être le jouet des mouvements oscillatoires et contradictoire de nos émotions, il faut, quand elles se présentent, se raccorder à son Moi supérieur et attendre que la vague nous porte vers le haut.



### Du point de vue de la Kinésiologie

- La plupart du temps je suis en ACCORD avec mon monde, personnellement et professionnellement. Puis, tout à coup, quelque chose se passe et « je perds la grâce ».
- C'est comme si j'étais dans une fosse, sans aucun moyen d'en échapper. Je me retire, je me replie sur moi et je ne veux plus voir personne, ni rien faire.
- Cela peut durer des heures, parfois des jours ou même plus longtemps. Puis, aussi soudainement, je me sens à nouveau en accord, libre de fonctionner et fredonnant

21

### Baromètre du comportement

#### INDIFFÉRENCE

#### En déséquilibre

- Est triste sans raison apparente
- Comportement : Grande mélancolie soudaine, tristesse venue d'ailleurs, poids dans la gorge, le ciel est devenu sombre et rien ne l'annonçait. On subit cette situation sans comprendre comment s'en sortir. Il est possible d'avoir la sensation de plonger profondément dans cette mélancolie. Cette sensation est vécue cycliquement.

#### En équilibre

- Stabilité, paix intérieure, humeur égale.
- Nouveau comportement : Grande stabilité intérieure quelles que soient les circonstances.

## 22. OAK (Chêne)

### La fleur de l'endurance : du batailleur-se par obligation vers le oula guerrier-e pacifique

Il est juste de remplir ses obligations dans la vie et de tenir les engagements pris vers d'autres. Néanmoins, l'engagement suprême consiste à accomplir la décision prise envers son Moi supérieur pour la réalisation de son propre plan de vie, ce qui amènera plus de joie et de facilité.



### Du point de vue de la Kinésiologie

- J'utilise la force quand je me sens menacé-e. C'est ma manière de prouver ma propre valeur.
- Même désespéré-e, je me bats parce que je suis un-e survivant-e, un rocher de Gibraltar.
- J'imagine que c'est pour cela que les autres gens semblent attendre de moi que j'endosse leurs fardeaux avec le mien. La plupart du temps, je suis assez idiot-e pour le faire. À nouveau je me fais avoir ! Je pourrais sûrement recevoir une certaine estime.

22

### Baromètre du comportement

#### HOSTILITÉ

#### En déséquilibre

- Continue à lutter malgré tout
- Comportement : Personne courageuse, opiniâtre, ayant un grand sens des responsabilités, qui n'abandonne jamais, s'épuise à la tâche, lutte malgré tout, sans repos ni trêve. On se repose facilement sur cet exemple de fiabilité. Un jour, à bout de force, elle n'en peut plus de lutter et de supporter.

#### En équilibre

- Force, patience, courage, constance, mesure
- Nouveau comportement : Grand courage, fiabilité, sens des responsabilités vis-à-vis d'autrui mais aussi vis-à-vis de vous. Vous savez mieux mesurer votre engagement, vous arrêter, prendre des vacances, déléguer.

## 23. OLIVE (Olivier)

### La fleur de la régénération: de l'épuisement vers la vitalité



L'énergie vitale humaine est limitée, aussi faut-il suivre son guide intérieur qui nous indique à travers nos perceptions corporelles la manière la plus économe de gérer nos forces et les limites que nous devons respecter.

### Du point de vue de la Kinésiologie

- Un travail trop dur, un stress émotionnel prolongé, une maladie, tout cela m'épuise physiquement.
- Bien sûr, mon esprit se fatigue aussi à ce moment-là, mais l'origine en est physique.
- Mon sens de séparation vient de mon corps, je ne le sens plus comme étant le mien.
- Je ne désire qu'une seule chose, ramper dans mon lit et tirer les couvertures au-dessus de ma tête.

23

### Baromètre du comportement

#### SÉPARATION

#### En déséquilibre

- Est moralement épuisé-e
- Comportement : Epuisé-e, au bout du rouleau physiquement, moralement, nerveusement. On a l'impression de ne pas pouvoir nous régénérer. On n'a compté que sur nos réserves. La moindre action devient alors un effort. On se sent impuissant-e, sans envie.

#### En équilibre

- Ressourcement et énergie retrouvée
- Nouveau comportement : Rempli-e d'énergie vitale, on sait aussi mieux gérer notre potentiel et comment nous ressourcer régulièrement.

## 24. PINE (Pin sylvestre)

### La fleur de l'acceptation de soi : de l'auto-culpabilisation vers le respect de soi

L'on n'est responsable que de soi-même, nullement du comportement des autres, et encore moins de tous les développements « erronés » du monde entier.



#### Du point de vue de la Kinésiologie

- Je me fixe sur mes défauts et mes erreurs. En fait, ils m'obsèdent. C'est comme si je ne pouvais jamais agir aussi bien que je le désire.
- Les autres gens me disent que je place mes idéaux trop hauts, que mes idéaux ne sont pas réalistes. Ils ne comprennent pas. Quand j'atteindrai mes idéaux, je me trouverai moi-même.
- Jusque là, je peux simplement continuer à essayer, peu importe le prix que cela me coûte en peur et en culpabilité.
- Je dois atteindre la perfection. Tout le reste me donne la sensation de mourir sans être mort.

24

#### Baromètre du comportement

##### SÉPARATION

##### En déséquilibre

- Se sent coupable
- Comportement : Fleur de la culpabilité. On ne se pardonne pas une erreur, on souhaite parfois nous excuser d'exister. On endosse les fautes des autres. On n'admet pas ses "imperfections", on s'en veut de ne pas avoir mieux fait.

##### En équilibre

- Jugement sain, humilité
- Nouveau comportement : Découvrir ce que rédemption veut dire. Accepter la juste mesure de ses responsabilités, faire preuve d'humilité face à ses limites



## 25. RED CHESTNUT (Marronnier rouge)

### La fleur de l'autonomie : de la symbiose vers l'autonomie de pensée

Une immixtion (action de s'immiscer) réciproque, même inconsciente dans la personnalité d'un autre être humain constitue une ingérence. L'on ne peut s'engager que sur la voie de son propre développement.



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Les gens m'accusent d'être excessivement protecteur-riche et ils me critiquent aussi pour mon anxiété en ce qui concerne le bien-être des autres.
- Mais quand vous vous sentez si perdu·e à vous-même, la seule chose dont vous pouvez vous occuper sont les autres gens.
- Y a-t-il quelque chose de plus important que de faire de ce monde un monde meilleur où les autres puissent vivre et être heureux ?
- Peut-être qu'en agissant ainsi, je trouverai avec eux l'unité que je ne peux pas trouver à l'intérieur de moi-même.

25

### Baromètre du comportement

#### SÉPARATION et UNITÉ

#### En déséquilibre

- A peur ou soucis excessif pour les autres
- Comportement : La maman-poule (ou le papa-poule) : on a peur pour tout ce qui peut arriver à ses proches. On imagine toujours le pire et on a fondamentalement besoin d'être rassuré·e. On étouffe les gens que l'on aime à force de souhaiter les protéger et de vouloir niveler les difficultés, réelles ou imaginaires, de leur chemin.

#### En équilibre

- Avoir confiance dans l'expérience vécue par autrui
- Nouveau comportement : On a une confiance bienveillante à l'égard des chemins de vie de nos proches et on a confiance dans leur capacité à vivre leurs expériences.

## 26. ROCK ROSE (Hélianthème)

### La fleur de la terreur aiguë: de la peur panique vers le courage héroïque

Dans les situations extrêmes, j'appelle consciemment mon Moi supérieur et je me fie sans retenue à sa conduite. Des forces insoupçonnées nous parviendront alors de ce niveau supérieur



26

### Du point de vue de la Kinésiologie

- Je suis ok lors des confrontations et des accidents, mais après, je suis terrifié·e.
- C'est comme si le « pire » aurait dû arriver, comme si je m'attendais encore à être puni·e ou terrassé·e. Pourquoi ? Je ne sais pas.
- Il doit y avoir tout un tas de chagrins et de culpabilités enfermés dans mon subconscient. Je n'ose pas y regarder.
- Une peur irrationnelle est plus sûre qu'une auto-condamnation irrationnelle, n'est-ce pas ?

### Baromètre du comportement

#### CHAGRIN ET CULPABILITÉ

#### En déséquilibre

- Est terrifié·e, paniqué·e
- Comportement : La peur panique, profonde, viscérale, qui cloue sur place, pétrifie, rend la gorge sèche et vide le visage de son sang. Etat de choc, affolement, les organes des sens peuvent paraître altérés.

#### En équilibre

- Grand courage, oubli de soi, force de volonté
- Nouveau comportement : Courage, oubli de soi, être capable de puiser en soi des ressources d'énergie et de force sans limites. Cet état positif est vital pour l'entourage susceptible de succomber à la panique.

## 27. ROCK WATER (Eau de roche)

### La fleur de la flexibilité: du dogme disciplinaire vers une attitude ouverte

Les idéaux sont des indicateurs de chemin de vie qui nous montrent une direction, mais ce ne sont pas des critères auxquels nous pouvons mesurer concrètement nos performances.



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Les gens pensent que je suis inflexible, irrationnel·le, quand il s'agit de vivre en suivant la loi au pied de la lettre. Néanmoins, si c'est le cas, cela ne s'applique qu'à moi-même (et à celles et ceux sur la vie de qui j'ai un contrôle direct). D'autre part, ce monde serait un bien meilleur endroit à vivre si chacun essayait d'être aussi responsable que je le suis.
- En fait, j'ai renié mes propres sensations dans le but de devenir un témoin vivant de « la chose juste faite de manière juste ». C'est digne de respect, pas de ressentiment.
- Je n'accepterai aucune remise en question de mon autorité ! Et je veux que cette situation soit rectifiée maintenant ! Je ne me permettrai pas de perdre à nouveau le contrôle de la vie : JAMAIS ! Il faut battre le fer tant qu'il est chaud ! Agissez !

27

### Baromètre du comportement

#### RESSENTIMENT

#### En déséquilibre

- Est rigide avec soi-même
- Comportement : Rigidité et intransigeance de la personne qui s'est inscrite dans une structure de vie étayée par des principes incontournables. Une telle personne donne l'impression d'être imperméable à des concepts nouveaux, sans souplesse, sans fluidité. Dans ce carcan, elle peut se sentir seule mais fière de son isolement, de son particularisme vécu comme un défi personnel. Ce tempérament aimerait servir d'exemple. Il s'agit souvent de quelqu'un qui ne s'autorise pas la joie de vivre.

#### En équilibre

- S'accorder de la joie de vivre, garder un esprit souple
- Nouveau comportement : Avoir un idéal élevé est compatible avec joie de vivre et convivialité. Comme dans le torrent de la montagne, l'eau connaît son but et sait s'adapter aux méandres et aux imprévus.

## 28. SCLERANTHUS (Alène)

### La fleur de l'équilibre : de l'irrésolution vers l'équilibre intérieur

De toutes les possibilités qui nous sont offertes de l'extérieur, nous nous décidons à ne plus enregistrer que celles qui correspondent à notre propre plan de vie. Afin de les distinguer des autres, il suffit de se soumettre à son guide intérieur et ne dire « oui » que si nous le sentons fondamentalement.



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Je ne suis pas réellement indécis·e, inconsistant·e ou « non productif·ve ». Simplement, je m'accorde avec « les deux côtés » quand il y a des conflits ou des problèmes.
- Cela me rend VRAIMENT peu sûr·e de moi pour savoir ce qui est le mieux pour moi.
- Parfois, je me sens si peu sûr·e de ma propre position, que je dois jouer le jeu de l'indifférence pour me protéger moi-même.
- Pris·e entre deux forces opposées, je me sens totalement immobilisé·e.

### Baromètre du comportement

#### ACCORD ET HARMONIE

#### En déséquilibre

- A du mal à prendre une décision
- Comportement : La difficulté de la prise de décision. Quand on doit faire un choix même anodin ( ex : choisir une paire de chaussures), on balance d'une solution à une autre, trouvant à chaque tentative de résolution que l'autre solution a aussi des avantages, ce qui vous ramène au point de départ. La douleur vient de la sensation de perte dans la nécessité de choisir. Et on sait bien que personne ne peut vous aider.

#### En équilibre

- Résolution, choix, équilibre
- Nouveau comportement : Sortir du piège du choix et percevoir la globalité. En prenant de la distance, on n'est plus prisonnier·e de l'alternative, on fait ce que l'on a à faire.

## 29. STAR OF BETHLEHEM (Étoile de Bethléem)

### La fleur du réconfort : de l'état de choc vers le recentrage

Nous pouvons décider de nous ouvrir à de nouvelles impressions et expériences. Dès qu'un événement inattendu, douloureux, nous atteint, il est salutaire de se fier à notre guide intérieur et d'utiliser la dynamique de cet événement pour parvenir à de nouvelles connaissances.



### Du point de vue de la Kinésiologie

Je me sens séparé-e de moi-même. Ce qui se passe est trop accablant pour faire quelque chose.

Physique ou mentale, quelle qu'en soit la cause, je me sens séparé-e de ma vie, de ma destinée.

Je sais que ce repli complet est irrationnel, mais je me sens si totalement seul-e, si vide!

J'ai besoin d'aide pour me reconnecter avec moi-même et j'en ai besoin tout de suite.

### Baromètre du comportement

#### SÉPARATION

#### En déséquilibre

- Ressent les effets secondaires d'une peine ou d'une peur
- Comportement : Se sentir froissé-e, douloureux-se, meurtri-e, blessé-e, choqué-e, triste, inconsolable, dans la détresse. Pour les chagrins, pour la peine, pour la fragilité suite à une grande épreuve, quand on a mal physiquement, émotionnellement, spirituellement et que le cœur est fissuré.

#### En équilibre

- S'ouvrir à la consolation, libération et paix intérieure
- Nouveau comportement : Star of Bethlehem ouvre à la consolation, c'est un baume pour l'émotion, on peut recevoir le réconfort.

## 30. SWEET CHESTNUT (Châtaignier)

### La fleur de la délivrance: à travers les ténèbres vers la lumière.

Tout processus d'évolution se déroule par cycles, suivant le principe de mort et de renaissance. Il est alors important de reconnaître les moments où l'on a **fait tout ce que l'on pouvait et d'accepter les phénomènes qui dépassent notre niveau de compréhension.**



### Du point de vue de la Kinésiologie

J'ai dépassé les limites de mon endurance depuis longtemps.

J'existe seulement et cette existence est absolument futile.

Ma vie ne signifie rien, je ne signifie rien. Il n'y a aucun recours nulle part, ni venant de l'intérieur, ni venant de l'extérieur.

Même le suicide ne ferait aucune différence

Je me sens comme si j'étais mort-e maintenant.

### Baromètre du comportement

#### UNITÉ et SÉPARATION

#### En déséquilibre

- Se sent au bord d'un grand vide moral
- Comportement : Bach appelait cet état la "nuit noire de l'âme". Sensation d'être abandonné-e, seul-e, sans perspective. État très difficile à vivre (non suicidaire). La douleur vient du passage d'une situation ancienne connue mais qui ne peut plus être prolongée vers quelque chose de neuf, inconnu, sans repères. C'est un processus de renaissance, de transformation radicale, le retour en arrière est inenvisageable.

#### En équilibre

- Renaître, s'ouvrir à la lumière, confiance absolue dans la vie.
- Nouveau comportement : On s'abandonne à l'espérance, on abandonne ce qui n'est plus, on s'ouvre et on reçoit le nouveau.

## 31. VERVAIN (Verveine)

La fleur de l'enthousiasme : du ou de la zélé-e missionnaire au porte-drapeau.

Il faut savoir reconnaître ses propres limites et savoir respecter celles des autres, suivant le principe qu'il y a beaucoup de « chemins qui mènent à Rome ».



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Vous affirmez que je suis irritable! Le monde est peuplé de tête de bois et des gens maudits ayant une vision étroite et tout cela m'empêche de faire ce que moi je veux faire!
- Je hais les obstructions et les obstructionnistes!
- Ils me font faire les cent pas la nuit, à cause du stress et de la tension.
- Mon Dieu, comme j'en veux à tout ce paquet d'imbéciles avec qui je suis obligé-e de vivre!

31

### Baromètre du comportement

#### RESSENTIMENT

#### En déséquilibre

- A des idées et des principes bien arrêtés
- Comportement : On est capable de fortes convictions, d'enthousiasmes ou de rejets et on trouve normal d'essayer d'en convaincre les autres. On s'enflamme pour ou contre, juste ou injuste, on a besoin de cette intensité. La tiédeur n'est pas notre lot. Ceci vous fait dépenser beaucoup d'énergie, d'où la sensation de fatigue voire de déprime. On en fait trop.

#### En équilibre

- Modération, "Être" plutôt que "Faire"
- Nouveau comportement : On sait partager notre expérience à bon escient dans le respect du chemin de vie d'autrui. On sait mettre notre expérience en réserve et l'utiliser avec circonspection.

## 32. VINE (Vigne)

### La fleur de l'autorité : mener ou se laisser guider

Toute pression engendre une contre-pression. Lorsque nous renonçons à vouloir imposer à tout prix notre volonté cela nous permet d'aborder nos semblables avec d'avantage d'esprit de coopération



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Ils pensent que cela a été dur jusqu'à présent n'est-ce pas? Et bien, qu'ils attendent, je m'en occupe!
- Ils feront leur travail comme il le faut ou ils en répondront!
- Et s'ils pensent qu'ils peuvent me manipuler, ils ont absolument tort.
- J'ai été trahi-e par plus meilleurs qu'eux et elles et cela n'arrivera plus jamais. Plus jamais!

32

### Baromètre du comportement

#### PEUR DE PERDRE ou RESENTIMENT

#### En déséquilibre

- A tendance à dominer les autres sur ce qui est juste
- Comportement : L'état négatif Vine caractérise les personnes douées d'une autorité naturelle forte utilisée de façon abusive. La personne Vine donne l'impression d'avoir toujours raison sur tout et de vouloir imposer sa vision même dans les situations à l'enjeu minime. Vine dirige tout, supervise tout et ne laisse pas à autrui le loisir de choisir une voie plus personnelle. Vine domine. Ce n'est pas une autorité formatrice.

#### En équilibre

- Respect d'autrui, autorité sage et compréhensive
- Nouveau comportement : Vine positif sait reconnaître que chacun est dans la nécessité de traverser son propre champ d'expériences, que faire autorité n'est pas être autoritaire. "Tout être sur lequel nous exerçons notre volonté, notre autorité ou notre pouvoir représente un danger pour notre liberté". (Edward Bach)



## 33. WALNUT (Noyer)

### La fleur de la re-naissance: de l'influçnçabilité vers une décision inébranlable



Afin de grimper sur l'échelle de la vie et d'atteindre la marche suivante, il faut tout d'abord ôter totalement le pied de la marche précédente.

#### Du point de vue de la Kinésiologie

- Jusqu'à présent, je suis arrivé-e à survivre simplement parce que je me suis forgé une armure sûre, protectrice, contre la douleur que la vie a lancée sur mon chemin.
- Je ne peux faire confiance en personne, en aucune influence extérieure. J'ai déjà eu trop de chagrin.
- Ma position a été gagnée au prix terrible de l'auto-discipline et de la répression de mes sentiments et je ne vais pas me débarrasser de tout cela aujourd'hui. C'est pourquoi je résiste à presque toute forme de changement.

33

#### Baromètre du comportement

##### CHAGRIN ET CULPABILITÉ

##### En déséquilibre

- A besoin de protection contre changements et influence
- Comportement : On a besoin de Walnut quand on perd sa constance, quand on se sent perméable aux influences et aux ambiances, idées, mouvances du monde qui nous entoure. Quand on se sent une éponge. Très utile dans les moments de transformation, quand on a besoin de protéger ce que l'on est (changement de travail, déménagement, puberté, grossesse, mise en chômage, divorce etc....).

##### En équilibre

- Constance, identité, protection
- Nouveau comportement : Au-delà des circonstances, on reste soi-même en sachant nous adapter aux conditions nouvelles. On reste bien en prise avec le présent, dans notre essence, on sait ce que l'on est à chaque instant.

## 34. WATER VIOLET (Violette d'eau)

La fleur de la communication: de l'isolement vers l'échange avec les autres

Notre chemin de vie nous conduit à travers le monde et non pas hors du monde. Grâce à la rencontre d'autres êtres humains, nos semblables, nous pouvons accéder à de nouvelles expériences.



### Du point de vue de la Kinésiologie

- Les gens disent de moi que je suis « fier-e et distant-e ». Dans un monde d'intellectuel·les inférieur·es, y a-t-il une meilleure manière de se protéger contre le temps perdu?
- Je connais réellement plus de choses que la plupart des gens et cela fait honneur.
- Pour la même raison, je porte mes chagrins à peu près en silence, à moins que je ne sois avec un·e égal·e.
- Alors, plutôt que de lancer les perles aux pourceaux, je choisis de passer mon temps seul·e. Cela me garantit d'être avec un égal·e.

34

### Baromètre du comportement

#### ÉGALITÉ

#### En déséquilibre

- Est fier·e, distant·e, réservé·e.
- Comportement : Water Violet est une personne charmante mais distante, ne se mêlant pas des affaires d'autrui et ne cherchant pas à partager son jardin intérieur. Grand désir d'isolement, de pudeur, de solitude, on se sente peu compris·e ou mal interprété·e, on essaie toujours de se débrouiller seul·e, on cherche à maîtriser les émotions qui trahiraient notre intimité. On aimerait bien être ermite. On a du mal à communiquer réellement.

#### En équilibre

- Mettre discrètement ses capacités au service d'autrui
- Nouveau comportement : On est à l'aise avec ce que l'on est, on peut partager en toute simplicité notre ressenti. Politesse, compréhension, attention, ouverture au monde, humilité, les autres apprécient notre sagesse respectueuse.

## 35. WHITE CHESTNUT (Marronnier blanc)

### La fleur des pensées : du « carrousel mental » au calme intérieur

Au lieu de vouloir forcer mentalement les choses comme auparavant, je peux maintenant les laisser approcher et attendre que la solution vienne toute seule, de mon propre intérieur.



### Du point de vue de la Kinésiologie

- La guerre de la vie quotidienne prend trop de mon temps .
- Je suis constamment harcelé·e par des réflexions tracassantes après-coup (ce que j'aurais dû dire, ce que j'aurais dû faire) parce que l'ennemi·e m'a fait reculer.
- J'argumente, je discute avec eux et elles en leur présence et avec moi-même quand je suis seul·e.
- Je sais ce qui se passe, mais même si je ne gagne pas cette fichue guerre, je suis sûr·e de ne pas la perdre.

35

### Baromètre du comportement

#### HOSTILITÉ

#### En déséquilibre

- A des pensées obsédantes
- Comportement : Dans les moments de difficultés, on se sent envahi·e par un ouragan de pensées qui tournent à l'obsession. Notre cerveau est absorbé par un tourbillon au point que l'on perd contact avec le quotidien, avec notre corps. Perte d'appétit, sommeil difficile. Le mental a pris possession de notre vie, la méditation semble impossible.

#### En équilibre

- Esprit calme, orientation constructive des pensées
- Nouveau comportement : Prendre du recul, sortir du jeu, retrouver sa personnalité, rester calme, paix intérieure, équilibre, le mental devient un outil de construction, on est en prise avec la réalité.

## 36. WILD OAT (Folle avoine)

**La fleur de la vocation: de la quête dispersée vers un objectif précis.**

La vie offre une infinité de possibilités de réalisation. L'on ne peut trouver celles qui nous correspondent qu'en cherchant le dialogue avec son guide intérieur. Pour cela il faut être à son écoute intérieurement, au lieu de se disperser dans l'agitation extérieure et prêt-e à s'investir totalement dans cette tâche pour trouver son accomplissement intérieur.



36

### Du point de vue de la Kinésiologie

- L'insatisfaction face aux décisions de ma vie m'a laissé-e totalement incertain-e à propos de ce que je devrais réellement faire et avec qui.
- Chose encore plus décourageante: je suis une personne brillante, capable, ambitieuse et ceci rend mon indécision encore plus dure à supporter.
- Il n'y a aucune excuse pour une telle indifférence face aux besoins de mon « moi vrai le plus haut », mais il en est ainsi maintenant.

### Baromètre du comportement

#### INDIFFÉRENCE

#### En déséquilibre

- Doute du chemin à prendre dans la vie
- Comportement : Comme cette grande herbe ballottée par le vent dans toutes les directions, on ne sait pas quel est le sens de notre vie. Rien ne nous anime en particulier. On manque de direction intérieure. On ne sait pas écouter ce que votre moi supérieur essaie de nous faire entendre. Au fond, on a l'impression d'errer dans la vie d'où une frustration profonde en se demandant "Quelle est ma vocation ?". On s'engage dans des voies qui ne nous satisfont pas, on manque d'ancrage dans notre raison d'être.

#### En équilibre

- Talent, ambition, affirmation de sa raison d'être
- Nouveau comportement : On reconnaît ses talents, on les utilise dans les opportunités que la vie vous offre, on peut mener à bien plusieurs objectifs sans se disperser, car on sent ce qui nous anime, les circonstances ne sont que des événements.

## 37. WILD ROSE (Églantine)

La fleur de la joie de vivre: de la totale résignation vers la motivation intérieure.



Tout comme la nature a son hiver, la vie terrestre a ses phases d'activité « en sommeil » afin que de nouvelles forces puissent se constituer à l'intérieur. Cependant, il convient de ne pas s'enliser dans ce type de ressenti émotionnel et reprendre part à la vie.

### Du point de vue de la Kinésiologie

- La confiance en soi? Je l'ai perdue depuis longtemps.
- Si vous ne pouvez pas gagner le jeu, ne jouez pas. Il vaut mieux se résigner face à la vie, plutôt que de risquer de voir son « ego » battu complètement.
- Je ne me plains pas de cela, je vis simplement avec, jour après jour. C'est mon sort, mon fardeau, ma perte.

### Baromètre du comportement

#### ASSURANCE

#### En déséquilibre

- Est résigné·e, apathique
- Comportement : C'est l'état de la résignation, du fatalisme, il n'y a rien à y faire, c'est comme ça. Etat végétatif, sans dynamique. On abandonne toute initiative, incapable d'agir. On a capitulé. Le destin pèse sur nous. Monotonie, ennui, pas de perspective de changement. Certaines personnes essaient de réagir en s'activant de façon désordonnée, mais tout cela n'est qu'un leurre temporaire. La vie n'est pas vécue comme une source d'énergie. On vivote dans une routine stérile.

#### En équilibre

- Dynamique, avisé·e, enthousiaste
- Nouveau comportement : Joie de vivre, action, sensation de soi comme acteur·rice vivant·e, la vie est perçue comme une source perpétuelle de renouveau, amour de la vie, positivité.

## 38. WILLOW (Saule)

### La fleur du destin : de l'amertume envers le destin vers la prise en main de son destin

C'est à travers notre conscience et nos pensées que nous générons les événements que nous vivons. C'est pourquoi il importe de penser de manière constructive, dans le sens de notre Moi supérieur. La vie est cause et conséquence, action et réaction, c'est donner et prendre.



#### Du point de vue de la Kinésiologie

- Je refuse d'accepter la responsabilité de cet échec! C'est leur faute et ils méritent le blâme, spécialement après tout le chagrin qu'ils m'ont causé.
- Je ne mérite pas de souffrir! Je ne mérite pas la culpabilité!
- Peut-être le destin m'a-t-il choisi-e pour échouer. Si c'est ainsi, j'échouerai, mais cela ne sera pas de ma faute, ils seront responsables.

#### Baromètre du comportement

##### CHAGRIN ET CULPABILITÉ

##### En déséquilibre

- S'apitoie sur son sort
- Comportement : On a le sentiment de ne pas être responsable de ce qui nous arrive. Les épreuves ou les échecs sont toujours causés par le manque de chance, la vie trop dure, l'incompréhension des autres, le système qui fonctionne mal. On ne supporte pas qu'on nous fasse une remarque que l'on prend comme une critique ou une remise en cause. Amertume, acidité, la vie devient une épreuve forcément dirigée contre soi. Négativité, esprit chagrin, on rumine, vous peut même ruiner la bonne humeur des autres.

##### En équilibre

- Reconnaître ses responsabilités, manifester son humour
- Nouveau comportement : On accepte notre responsabilité dans chaque moment de la vie, on comprend plus clairement la notion de cause et d'effet, on perçoit mieux l'unité "pensée-action-crétion".