

1 - BROCCOLI (Brocoli)

BC = Unité : satisfait-e, comblé-e - Séparation : morbide, sans vie.

Maintient l'équilibre des forces quand une personne se sent comme assiégée ou prise au piège. Stabilise l'unité âme/corps pour empêcher que la personne se referme, se détache, ou se disperse.



C'est l'élixir de la puissance. Cette notion et souvent mal comprise. Les personnes qui renoncent à la puissance infinie qui est en elles tombent dans les pièges du pouvoir extérieur est limité dans leurs efforts malavisée pour la redécouvrir et la retrouver. La puissance est un sujet complexe dans la mesure où elle implique un équilibre à tous les niveaux et dans tous les domaines. Il existe toute une gamme de fleurs qui vont résonner dans les différents aspects de la puissance.

Brocoli travaille à maintenir l'équilibre des forces chez celui ou celle qui se sent assiégé-e sur l'un des plans PEMS ou sur tous à la fois. La source de l'agression est perçue comme étant extérieure plutôt qu'intérieure, on a alors souvent une forte réaction d'autoprotection. En tenant d'isoler et de contenir le secteur d'où semble provenir la menace, on a tendance à se couper brutalement de l'un ou des 4 plans et de s'en détacher. Cela coupe la personne de sa source de puissance en dispersant son énergie aux quatre vents.

Brocoli stabilise l'unité âme/corps pendant cette période intense permettant à la personne de faire face à ce qu'elle perçoit comme une agression tout en fonctionnant au mieux de ses capacités. Cet élixir sera particulièrement utile à celles et ceux qui vivent un déchirement émotionnel profond tel celui occasionné par un divorce ou une séparation ainsi qu'à celles et ceux qui souffrent d'hallucinations ou de maladie mentale dont le schéma comprend des hallucinations et pour celles et ceux qui font l'expérience d'expansion extrasensorielle effrayante.

« Je suis mon pouvoir, le pouvoir Essentiel à travers lequel je trouve mon plus haut bien et le plus haut bien de tous. Je suis assuré-e que, dans son expression illimitée, je trouverai la vigueur et la satisfaction pour lesquelles j'ai choisi de vivre ».

2 - CAULIFLOWER (Chou-fleur)

BC = Acceptation : choisissant de... - Antagonisme: attaqué-e

Stabilise et équilibre l'enfant pendant la naissance. Stabilise l'équilibre âme/corps chez l'adulte.



C'est l'élixir du bien-natre. La dynamique de Cauliflower s'adresse spécifiquement au maintien de l'équilibre pendant l'expérience de la naissance. Bien des maux dont nous souffrons toute notre vie sont imprimés dans le corps et dans l'âme au moment de la naissance. Engendrés par un brusque déséquilibre entre l'âme et le corps, ils sont dus au refus qu'à l'enfant de maintenir un état conscient pendant ce passage. Cauliflower aide à maintenir l'unité entre le corps et l'énergie qui a procédé à l'élaboration de cette incarnation. Si c'est deux niveaux sont stabilisés l'unité corps âme de l'enfant garde son équilibre. Cela permet d'éliminer des occasions de déséquilibre qui autrement se cristalliseraient en imprimant des schémas de dysfonctionnement. Cauliflower aidera simplement l'enfant à participer consciemment à sa naissance, sans oublier ce qu'il ou elle aura à faire.

Le processus de stabilisation de la naissance par l'élixir de Cauliflower.

La maman peut commencer à prendre ce support pour son bébé dès que les contractions arrivent. Une à deux gouttes de Cauliflower toutes les deux heures offriront à bébé l'environnement intérieur nécessaire. En focalisant son attention



sur son bébé pendant qu'il ou elle prend les gouttes. Si possible, continuer ce rythme de deux gouttes jusqu'à la naissance.

Dès que possible après la naissance, mettre une goutte de Cauliflower directement sur les lèvres du nouveau-né et une autre goutte deux heures après la naissance (deux gouttes d'éllixir peuvent être diluées dans de l'eau ce qui permettra de ne pas avoir de goût). Appliquer une goutte concentrée ou deux gouttes de la solution les deux matins suivant la naissance. Ceci terminera le processus de stabilisation de Cauliflower.

« Je choisis d'accepter la conscience de mon Moi Essentiel dans le but de désenchaîner l'enthousiasme qui me met en accord pour terminer tout cycle non fini qui pourrait entraver mes progrès Essentiels dans cette vie. »

3 – CELERY (Céleri)

BC = Enthousiasme: excité-e - Hostilité: sarcastique

Rééquilibre le système immunitaire lorsqu'il a été surmené ou mis à rude épreuve par le stress et pendant les maladies virales ou bactériennes de longue durée.

C'est élixir équilibre les forces du système immunitaire lorsque celui-ci a été mise à rude épreuve trop sollicité ou trop stressé. Il apporte une aide particulièrement précieuse dans les maladie virale ou bactérienne de longue durée dont les assauts peuvent finir par submerger les défenses de l'organisme et mener à l'effondrement du système immunitaire. Celery apportera alors un soutien qui permet au système immunitaire de se rééquilibrer.

« Je mérite une bonne santé - corps, mental et esprit. Je suis excité-e par le pouvoir merveilleux de mon être physique à récupérer et à guérir à chaque niveau d'expression. J'utilise juste assez d'énergie pour accomplir ce que je désire faire. Les sarcasmes des autres me contournent. »

4 - CHIVES: Ciboulette

BC = Choix – Non-choix

Rétablit le courant des forces qui existe lorsque les dynamiques internes entre masculin et féminin sont équilibrées et que l'individu fonctionne consciemment au sein de cet équilibre.

Chives un autre élixir de la puissance. Il rétablit le courant de forces qui existe lorsque les dynamiques internes entre le masculin et le féminin sont équilibrés et que l'individu fonctionne consciemment au sein de cet équilibre. Chives maintient le schéma dans l'équilibre des deux polarités quelle que soit celle qui domine au moment où on la prend.

« Il n'y a aucune raison de reporter encore le CHOIX que je sais que je dois faire. Il vaut mieux équilibrer mon pouvoir et ma force par une action immédiate plutôt que de me fier à la contrainte seule pour nettoyer le chemin. Je peux faire face aux conséquences de tous les CHOIX que je fais. »



5



5 - COMFREY : Consoude

BC = Unité: à l'unisson - Séparation: abandonné ·e

Répare les dommages subis par l'âme sur un plan vibratoire subtil

Cet élixir rétablit les lésions vibratoires supérieures de l'âme. À l'occasion, elle sera employée en combinaison avec d'autres élixirs floraux qui correspondent plus directement à l'origine de la lésion.

« Un recul par rapport à la force exprimée et l'exercice du pouvoir ne guérissent pas un esprit blessé. Je prends la responsabilité de créer l'unité intérieure qui crée l'unité avec mon monde extérieur. Quand je me sens abandonné·e, j'agis positivement. »



6 - CORN : Maïs

BC = Assurance : brave - Peur de perdre : menacé ·e

Stabilise lors d'une expansion d'ordre spirituel / universel. Aide à la comprendre et à la traduire en actes utiles et pertinents.

Selon certaines traditions, le maïs contribuerait à enrichir la spiritualisation de la terre et celle du genre humain. L'élixir de fleur de maïs quant à lui stabiliser la fusion âme-corps pendant les périodes d'expansion spirituelle ou universelle. Lorsque l'individu, tout en étant conscient, de sa profonde appartenance à la terre va se lancer vers les cimes de la recherche spirituelle, il aura tendance à vouloir se dégager de la réalité physique. Cela limitera, si tant est qu'il y parvienne, l'utilisation qu'il pourra en faire à son retour à la réalité. Corn va lui permettre de maintenir la fusion âme/corps et traduire une expérience de types spirituel en compréhension et en action pertinente dans son vécu sur Terre.

« Peu importe combien provocateurs peuvent sembler les événements, j'ai des forces à ménager. Les menaces que je perçois n'ont aucun pouvoir si, en moi-même, je reste unifié·e. Je suis mon propre encouragement et je suis assez brave. »

7 - CUCUMBER : Concombre

BC = Unité : en sécurité – Séparation : non aimé ·e

Rééquilibre lors d'une dépression. Revitalise et redonne le goût de vivre.

L'élixir de Cucumber nous rééquilibre en périodes de dépression quand nous nous sentons détaché·es de notre vie comme si un film qui se déroulait devant nos yeux, mais dans lequel nous ne sommes pas impliqué·es ni n'aimerions l'être. Cucumber redonne suffisamment d'assise au psychisme pour permettre à l'individu d'évoluer d'un état dépressif vers un état d'esprit positif et plein de vie qui le rattache à son existence.

« Je suis mon autre moitié. Chercher chez quelqu'un d'autre ce qui existe déjà en moi c'est passer à côté de moi. La sureté et la sécurité sont des cadeaux que je suis seul·e à pouvoir me donner ».



8 - DILL : Aneth

BC = Enthousiasme : jubilant·e -
Hostilité : harcelé·e

Aide la personne qui a laissé les autres
décider pour elle à se réaffirmer. Libère
du « rôle de victime ».



L'élixir de Dill est très utile à celles et ceux qui ont remis leur puissance personnelle à d'autres et qui vivent leur routine quotidienne en tant que « victimes ». Dill restitue la puissance personnelle originelle, aide la personne à reconquérir sa liberté et à rétablir ainsi un équilibre qui se traduit par une modification de sa relation avec des personnes qui l'entourent.

« Je ne suis pas une victime, je ne suis pas non plus un vainqueur, car je n'ai rien à gagner ou à perdre si ce n'est à l'intérieur de moi. Je chante les chansons que je désire entendre, je danse les danses qui me donnent de la joie. Je suis assez séduisant·e pour me plaire à moi-même. Je suis indépendant·e, libre d'ÊTRE. »

9 - NASTURTIUM : Capucine

BC = Enthousiasme : séduisant·e – Hostilité : frustré·e

Restaure l'énergie vitale du corps dans les périodes où une grande force de concentration mentale est déployée.



De l'énergie vitale au plan physique. Quand nous travaillons surtout intellectuellement, le corps physique ne s'atrophiera pas uniquement dans sa structure musculaire, mais également dans l'énergie vitale qui y est directement reliée. Nasturtium maintient ce lien et revitalise, le cas échéant, l'énergie elle-même. C'est cette relation énergie/muscles que soutient Nasturtium tout en stimulant également l'énergie vitale elle-même lorsque cela est nécessaire. Cette essence florale aide l'individu à s'enraciner car elle maintient la vitalité au niveau physique, particulièrement lorsqu'une grande force de concentration est déployée, ce qui attire l'énergie vers les processus mentaux.

« Mes muscles et mon mental travaillent de concert, en harmonie parfaite. Les mélodies mentales que certains appellent pensées s'expriment à travers tous deux dans une mesure égale. Leur duo attire à moi, venant des autres, l'enthousiasme qui fait que je me sens en vie. »

10 – OKRA : Gombo

BC = Unité : sauf·ve, en sécurité - Séparation
: non aimé·e

Redonne la faculté de voir le
positif dans la vie et autour de
soi.



Un bon nombre d'individus plus nombreux qu'on ne le pense s'ingénient à tout voir sous le plus mauvais jour possible. Ni vraiment déprimés, car ils expriment de fortes énergies, ni simplement en colère, ces personnes ont perdu la faculté de percevoir la beauté et la joie. Okra va restaurer cette faculté. Ces personnes vivent dans une atmosphère tellement lugubre que leurs attitudes finissent par lancer un véritable défi à leur santé à leur bien-être. Elles créent autour d'elles un environnement négatif tellement fort qu'elles attirent d'autres éléments négatifs existant au-delà de leur cadre de vie immédiat. Finalement elles en arrivent à créer des puissances de force négative sans pour autant qu'on puisse les qualifier de mauvaises : elles ont simplement perdu la faculté de voir le côté positif de la vie.

« Quand l'obscurité engloutit la lumière à l'intérieur, quand la dépression accable tout espoir d'amour et que le pessimisme rôde comme un brouillard épais, je trouve la sûreté que je désire dans la beauté. La nature manifeste la vérité de la liberté : les fleurs vous aiment en retour sans y mettre de prix. »



11 - SALVIA : Sauge

BC = Harmonie : en équilibre - Indifférence : rigide

Stabilise l'émotionnel dans les périodes de stress intense.

Cet élixir apporte la stabilité émotionnelle pendant les périodes de grand stress ainsi qu'une aide précieuse à qui se trouve soudain précipité-e dans une situation d'extrême urgence. Cette situation peut aussi bien le ou la concerner directement, qu'affecter l'un-e de ses proches: une blessure soudaine, un accident de la route, une menace ou un accident, le diagnostic ou l'annonce d'une maladie grave... en résumé, tous les moments où, nous sentant complètement dépassé-es par nos émotions on ne sait plus vers qui ni où se tourner. Salvia stabilise l'aspect émotionnel ce qui permet à l'individu de penser et de fonctionner de manière équilibrée alors même qu'il ou elle est aux prises avec les situations les plus difficiles.



8

« En équilibre, je trouve la flexibilité. En équilibre, je garde ma créativité. En équilibre, je maintiens mon pouvoir. Dans les moments douloureux ou de tension urgente, je me mets en accord avec la voix silencieuse à l'intérieur de moi qui me chuchote depuis mon âme : Sois calme et Connais ».

12 - SNAP PEA : Petit Pois

BC = Unité : sauf-ve, en sécurité - Séparation: non aimé -e

Calme enfants et adultes après un cauchemar. Aide à redonner du sens et du positif à la vie quotidienne.

Snap Pea porte les schémas équilibrants qui caractérisent la vibration de l'ensemble de sa famille : il nous aide lorsque nous avons affaire au rêve effrayant et générateur de tension : les cauchemars. Particulièrement efficace pour les enfants et pour celles et ceux qui ont gardé des côtés un peu enfantins, comme les gens qui souffrent de désordre émotionnel ou mentaux, cet élixir aide à transposer ou à traduire l'expérience effrayante à un processus positif et intelligible. Si une personne est fréquemment sujette aux cauchemars, c'est qu'elle n'a pas développé d'autres

alternatives, notamment positives, pour exprimer son stress ou ses peurs. Elle ne leur a trouvé que cette issue-là. Il ne s'agit pas ici de cauchemars occasionnels dont nous faisons tous et toutes l'expérience de temps à autre, mais d'un phénomène récurrent. Snap Pea soutient le sujet, lui permettant de développer des façons moins effrayantes d'exprimer ses émotions ou ses expériences. Grâce au soutien dynamique qu'apporte cet élixir, il peut aussi être donné à une personne qui, sans souffrir de fréquents cauchemars, en a cependant fait un d'une intensité telle qu'elle n'arrive pas à s'en dégager. Snap Pea renforce la capacité se détacher d'une expérience intérieure effrayante.

« Le doute agaçant du «je ne comprends pas» détruit tout sens de sécurité qu'apporte l'amour. Et, malgré tout, je sais que seule la personne qui craint sa perte peut créer la sécurité. Pour « connaître », l'unité intérieure est bien meilleure que n'importe quelle compréhension ! »

13 - SUMMER SQUASH : Courge jaune d'été

BC = Choix – Non-choix

Redonne courage à ceux qui éprouvent des peurs ou des résistances devant la routine du quotidien. Aide à vaincre la timidité et les phobies.



C'est un élixir du courage, celui que l'on ressent face aux peurs et aux résistances devant la routine de la vie quotidienne. Summer squash rend le courage et la sérénité dont on a besoin pour vivre notre journée et pour venir à bout des tâches. Celles et ceux qui souffrent de timidité ou de phobie apprécieront particulièrement cet élixir.

« En serré par les choix des autres, je risque d'oublier mon propre pouvoir de choisir et les choix que je ne sais pas que je peux faire, obscurcissent trop de questions. Découvrir ces choix me rend la stabilité et m'apporte le courage d'avancer au-delà du sens de limitation. »

14 - SWEET BELL PEPPER : Poivron vert

BC = Enthousiasme : jubilant·e - Hostilité : harcelé·e

Pour renouer avec la paix intérieure, le calme et garder l'esprit clair quand on est confronté·e au stress. Stabilise l'équilibre âme / corps dans les périodes de stress.



9

Élixir de la paix intérieure il permet à celui ou celle qui vit et travaille dans un environnement stressant de garder son équilibre intérieur et aide à traverser les situations génératrices de tension avec calme et discernement. On pourrait se demander qui n'a pas une vie stressante car beaucoup de gens cherchent à vivre une vie ultra dense, ultra rapide tout en restant équilibrés et en bonne santé. Cet élixir les y aidera au même titre que de l'exercice physique ou un régime alimentaire approprié. Cet élixir agit de deux manières : il stabilise l'équilibre corps/âme dans les situations de stress et il aide à retrouver l'équilibre dans des situations qui nous ont amené·es à le perdre. Il peut donc faire partie de la vie quotidienne (en prendre une goutte chaque matin) ou être pris avant d'affronter une situation qui semble stressante ou encore après une expérience qui nous a pris·es au dépourvu.

« Met en avant ce que tu désires, ne diminue pas ce que tu as ! L'hostilité n'est pas le substitut du vrai enthousiasme. Si tu n'aimes pas le scénario que la vie t'offre, alors écris le tien. Rends-toi si divertissant·e que même toi tu en seras ravi·e. Tu as beaucoup trop longtemps joué un petit rôle dans la production de quelqu'un d'autre. Il est temps d'être la vedette. »

15 - TOMATO : Tomate

BC = Unité : calme - Séparation: inacceptable

Action nettoyante. Aide le corps à chasser la maladie ou l'infection.



Cet élixir a une action nettoyante, il est très efficace quand l'infection ou la maladie s'est installée dans le corps et particulièrement utile lorsque le système endocrinien est impliqué. Tomato agit de deux manières : il a une action stabilisante sur les zones souffrant d'un déséquilibre et il soutient le corps en faisant « voler en éclats » et en éliminant ce qui cause l'infection ou la maladie. L'expression « voler en éclats » est adaptée car l'action de cet élixir peut sembler fracassante tant elle est prompte à apporter sa réponse dans le corps. Si le système immunitaire a été affaibli par la situation, la personne peut avoir besoin de combiner les élixirs Celery et Tomato. Pensez aussi à cet élixir pour les petits bobos susceptibles de s'infecter : son efficacité pourrait lui valoir sa place dans votre trousse d'urgence au côté du sparadrap. Dans ce cas il peut aussi bien être pris oralement que pulvérisé directement sur la plaie, les deux méthodes étant également efficaces.

« Quand un malaise ou des « symptômes » inacceptables épuisent le mental et l'âme d'une personne, je conseille : sois calme. Au milieu de la tempête des sens faisant rage suite à ta peur amère, trouve le calme dans l'œil du siphon. Accepte les sensations. Dans le calme tu es préparé·e, dans le calme tu es protégé·e. »



16 - YELLOW YARROW : Achillée jaune

BC = Égalité : impliqué-e - Chagrin et culpabilité : découragé-e

Offre une protection émotionnelle quand on est vulnérable. Aide à assouplir les résistances et soutient le processus d'intégration.



Cet élixir assure une protection au niveau émotionnel pendant les périodes de vulnérabilité que peuvent causer les phases d'évolution spirituelle ou psychologique. Yellow Yarrow leur correspond particulièrement car elle favorise une souplesse intérieure qui permet l'intégration harmonieuse des transformations tout en protégeant la personne des influences extérieures lorsqu'elle est vulnérable émotionnellement. Yellow Yarrow protège et aide simultanément à retrouver un état de douceur et de délicatesse. Cet élixir soulage efficacement celles et ceux qui réagissent en érigeant un mur lorsqu'ils ou elle se sentent vulnérables, mur qui gêne leur processus d'intégration.

« La protection est impossible quand l'ennemi possède la clé de votre défense. Il vaut mieux risquer l'implication directe plutôt que de souffrir du découragement dérivé de la sensation d'être vulnérable. La graine doit éclater pour laisser croître la fleur. Laisse partir ta culpabilité et, à la place, fais-toi grandir un jardin dans ton cœur. »

17 - ZINNIA : Zinnia

BC = Choix – Non-choix

Permet de retrouver le contact avec l'enfant intérieur. Redonne le sens du jeu, du rire et de la joie, et celui des priorités saines.



Cet élixir redonne le sens du jeu, du rire et de la joie et nous aide à rétablir nos priorités de façon saine et équilibrée sans accorder trop d'importance à ce qui, dans le fond, ne le mérite pas. Zinnia évoque le rire et la joie naturelle de l'enfant et nous invite à renouer avec celui ou celle qui vit en chacun de nous pour retrouver un meilleur équilibre.

« Il s'agit ici du choix que nous évitons de faire dans le but de nous justifier et de nous donner raison à nous-mêmes. Une répugnance obstinée à créer un changement positif ne nous rend que lugubre et maussade. Peu importe ce qu'est ce choix que « nous ne ferons pas », le vrai choix est le suivant : avoir du bon temps dans le temps présent la plupart du temps. Allons-y! »

18 - ZUCCHINI : Courgette

BC = Harmonie : tendre – Indifférence : destructif-ve

Aide à restaurer les forces physiques pendant la convalescence.



C'est l'élixir de la force physique qui sera utile pendant les périodes de convalescence qui suivent l'accouchement, une maladie ou une opération chirurgicale lorsque le corps travaille à retrouver sa vitalité physique. On peut aussi prendre cette essence pendant une maladie pour garder le maximum de force physique.

« Quand les maladies ou les accidents détruisent l'harmonie avec votre Moi Essentiel et que des pensées d'autodestruction menacent, beaucoup de gens refusent l'aide qu'apporte la gentillesse. Cette mort dans la vie signifie la fin de la tendresse, pour soi et les autres. Le rétablissement commence avec une guérison du cœur et se manifeste d'abord dans un regard tendre vis-à-vis de toute personne impliquée. »

