



La Florithérapie

La **florithérapie** est une approche thérapeutique, basée sur les **Fleurs de Bach** et sur les **élixirs floraux** contemporains. Le domaine d'application essentiel de ces composés est **la gestion des émotions**, mais les élixirs floraux trouvent également leur utilité dans la **préservation ou le retour d'un meilleur état de santé**. Ces composés floraux peuvent être utilisés pour des états temporaires ou prolongés, et ont l'avantage de ne présenter aucune contre-indication ni effets secondaires.

La **florithérapie** s'apparente à une approche thérapeutique **basée sur les énergies**, puisqu'il s'agit d'utiliser l'énergie vibratoire des fleurs cueillies à maturité. Cette énergie serait capable d'entrer en résonance avec les états émotionnels des autres êtres vivants. La florithérapie s'adresse ainsi non seulement à l'Homme, mais aussi aux animaux et aux plantes..

Le principe d'action est à la fois simple et subtil : les fleurs, cueillies à maturité sont perçues comme des êtres vivants et sensibles, adaptées à leur environnement et capables de rentrer en résonance avec la vie émotionnelle de l'être humain.

A chaque état émotionnel, correspondrait une fleur, qui permettrait de retrouver un équilibre émotionnel et ainsi d'améliorer le bien-être, à la fois moral et physique. Dans tous les cas, les composés floraux ne peuvent se substituer à un traitement médical ou à une prise en charge médicale. Mais ils peuvent utilement compléter la médecine traditionnelle.

Utilisés en cure, ils servent à équilibrer une humeur, à surmonter une épreuve, à dépasser une peur, une contrariété ou un manque de confiance en soi...Utilisés sur de plus longues périodes, ils agissent sur les blocages émotionnels profonds et permettent de franchir le plus harmonieusement possible les différentes étapes de la vie.

La **Florithérapie** peut être utilisée dans différents contextes, en fonction des émotions ressenties par la personne :

- **Un usage ponctuel** pour les émotions ressenties ponctuellement, dans le moment présent. Dans ce cas, il est conseillé de prendre 2 gouttes au moment où l'émotion est ressentie, directement ou après dilution dans une petite quantité d'eau ou de boisson. Cette prise peut être renouvelée autant de fois que nécessaire au cours de la journée et pendant plusieurs jours.
- **Un usage prolongé pour les émotions plus anciennes** ou installées depuis un certain temps. Dans ce contexte, il est conseillé de prendre 2 gouttes trois fois par jour de la ou des fleurs correspondantes à l'émotion, directement ou après dilution dans une petite quantité de boisson. Cette prise doit être renouvelée pendant au moins 3 semaines. Si l'émotion persiste, un nouveau traitement peut être entrepris après une semaine de pause.

Il est possible de prendre **plusieurs Elixirs de Fleurs** simultanément, en fonction de la diversité et de la complexité des émotions ressenties. Toutefois, il est recommandé de **ne pas dépasser 7 fleurs**, car à chaque fleur ajoutée, l'effet sur les émotions s'atténue. Par ailleurs, pour les émotions anciennes, il est utile d'agir en plusieurs étapes, en administrant successivement différentes fleurs, au fur et à mesure que les émotions enfouies ressortent grâce à la **florithérapie**.

Les **Fleurs de Bach** ne présentent aucun effet secondaire, ni aucune contre-indication. Elles peuvent être utilisées par toutes les catégories, quel que soit leur âge et quel que soit leur état de santé.

Les composés floraux sont en vente libre dans les pharmacies et les parapharmacies, mais aussi dans les magasins biologiques ou directement sur le site internet de certains laboratoires.

N'hésitez pas à faire appel à un thérapeute qualifié pour une sélection personnalisée.

Autres informations :

QU'EST CE QU'UN ÉLIXIR FLORAL ?

Les **élixirs floraux** sont de subtils extraits liquides préparés par **infusion solaire** de fleurs sauvages ou cultivées.

Chaque élixir est porteur d'une qualité spécifiquement liée à l'espèce florale dont il est issu. Cette qualité est l'expression d'une capacité de **rééquilibrage émotionnel**

PRÉPARATION DES ÉLIXIRS FLORAUX

La préparation des élixirs floraux est un processus vivant et dynamique qui tient compte des influences des éléments naturels et environnementaux. Toutes les conditions et les étapes de la préparation doivent être rigoureusement respectées afin de permettre la mise en lien subtile entre la sensibilité propre à chaque espèce végétale et la vie émotionnelle de l'être humain.

Un élixir floral se prépare en 2 étapes :

Première étape: la préparation de l'élixir-mère

L'élixir-mère est obtenu par infusion solaire de fleurs dans de l'eau. Dès leur cueillette, les fleurs d'une espèce végétale choisie sont déposées à la surface d'une eau de source très pure, puis exposées au soleil, dans leur milieu naturel, pendant plusieurs heures.

Cette infusion solaire est ensuite filtrée, mélangée à de l'alcool (qui sert de conservateur), puis dynamisée : on obtient ainsi l'élixir-mère.

Deuxième étape : la préparation de l'élixir floral

L'élixir floral se prépare en intégrant quelques gouttes de l'élixir-mère dans une **base traditionnelle de cognac bio** (alcool 20% vol.) ou dans **une base de sève d'érable bio** (alcool 0,2% vol.).

On obtient l'élixir floral en 1ère dilution.

Les élixirs floraux doivent être manipulés avec soin, en ne gardant pas les flacons ouverts et en évitant le contact du compte-gouttes avec toute autre surface, les mains ou l'intérieur de la bouche. Les flacons ne doivent pas être laissés près d'une source de chaleur ou au soleil.

Les élixirs floraux s'utilisent également en application externe (crèmes de soin à base d'élixirs floraux ou associés à une huile végétale) ainsi que dans le bain, en introduisant une dizaine de gouttes à l'eau du bain.

Les élixirs floraux sont dénués d'effets indésirables et utilisables par tous. Ils ne présentent aucun risque de surdosage et s'intègrent parfaitement à toute autre thérapeutique.

e) SUPPORT

Pour une très longue conservation et pour une grande facilité d'utilisation, il est recommandé d'utiliser les élixirs floraux à base d'alcool, préparés selon la méthode traditionnelle du Dr Bach, en privilégiant une base de cognac bio.

La sève d'érable est un excellent support pour les élixirs floraux, conseillé à tous ceux qui ne souhaitent pas utiliser le support traditionnel à base d'alcool. Nous utilisons une base de sève d'érable bio qui garantit un produit pur et naturel.

Un élixir floral sur base érable devra être gardé au frais après la première ouverture et conservera ses propriétés pendant plusieurs semaines.

Source :

<https://www.sante-sur-le-net.com/sante-quotidien/therapies/floritherapie/>