

J'aime lire des romans. Et vous ?

J'ai redécouvert ce plaisir, il y a quelques années, après m'être consacrée pendant une longue période à des "lectures encyclopédiques" sur l'histoire, les sciences humaines, la spiritualité.

Lire rime avec sortir : sortir de soi-même, sortir du quotidien, sortir pour voir du pays !

Lire, met en pause pendant un petit moment face au tourbillon de la vie,

Lire, nourrit les réflexions, l'imagination, la créativité...

Mais pas seulement...

En tant que formatrice en fleurs de Bach, j'y vois aussi un formidable outil pédagogique !

Les personnages qui prennent vie sous la plume des écrivains, nous ressemblent : ils vivent, comme nous, des émotions.

J'aime "repérer des fleurs de Bach" dans ce que vivent les personnages

C'est une manière ludique de parfaire mes connaissances de "ces joyeuses compagnes", comme les appelait affectueusement le Docteur Bach.

"Les mots manquent aux émotions" écrivait Victor Hugo. Il a raison en ce sens qu'il est quasi impossible de parler d'une émotion avec un seul mot. Il en faut plusieurs pour décrire ce qu'on ressent vraiment.

Ajoutez à cela que chacun s'exprime avec ses propres mots !

Alors je vois aussi dans la lecture de roman, un moyen inégalable de me familiariser avec des manières différentes de décrire une même émotion.

J'apprends ainsi à aller au delà des mots pour comprendre véritablement l'émotion que vit la personne et choisir les fleurs.

C'est un exercice que je conseille à tous les conseillers en fleurs de Bach pour échapper au piège du "un mot une fleur" qui nous amène bien souvent vers un mauvais choix.

Au fil de mes lectures, je relève des pépites qui permettent d'illustrer les émotions.

Parfois, il s'agit juste d'un court extrait qui me fait penser à une fleur. [Vous les trouverez, avec les références littéraires, sous le nom de chacune des fleurs.](#)

D'autres fois, c'est un roman entier que je conseille quand les personnages passent, au fil du roman, d'un état à l'autre, du déséquilibre de l'émotion vers l'émotion apaisée, de l'aspect négatif de la fleur vers son aspect positif.

[Ces romans font l'objet d'un article plus long, classé dans la fleur illustrée et dans la rubrique "romans".](#)

Ce blog est pour vous partager le fruit de ce travail.

Vous y trouverez de quoi vous aider dans votre apprentissage des fleurs de Bach d'une manière originale et vivante !

Si vous souhaitez utiliser les extraits et sources de lecture que je propose pour vos propres formations et ateliers, merci de bien vouloir référencer ce blog.

PS : Dans chacune de mes newsletters, vous trouverez la rubrique "devinette". Il s'agit d'un extrait de lecture dans lequel le personnage a une attitude qui fait penser à une fleur.

C'est une petite astuce pour vous permettre de réviser les fleurs !

Bonne lecture, bonne découverte !