

Dr Béatrice Navarre-Colin
Vétérinaire

Gaëlle Bertruc
Comportementaliste

Prendre soin de son ● animal

avec les



FLEURS DE BACH



et d'autres élixirs floraux



EYROLLES



Votre chat se cache sous l'armoire par peur des visiteurs ? Urine sur le lit ou se dépile le ventre car il est anxieux ? Votre chien ne supporte pas de rester seul ? A été maltraité par le passé et en souffre encore ?

Voici quelques situations pour lesquelles les fleurs de Bach et plus généralement les élixirs floraux seront des solutions naturelles et très efficaces. Faciles à administrer, sans effets indésirables et compatibles avec tout traitement médical, ces remèdes vont rééquilibrer les émotions de votre animal et concourir ainsi à son bien-être et à l'équilibre familial.

Dans ce guide pratique écrit à quatre mains par une vétérinaire et une comportementaliste, toutes deux florathérapeutes, vous découvrirez notamment :

- **les principes de la florathérapie** mise au point par le Dr Bach,
- **les 38 fleurs de Bach** et leur mode d'emploi,
- **31 élixirs contemporains** et leur usage au quotidien,
- **des indications thérapeutiques pour plus de 70 symptômes** classés de A à Z, allant de l'agressivité à la dépression en passant par le deuil, l'hyperactivité et la peur,
- **et enfin, de nombreux cas concrets pour vous aider à vous approprier cette méthode thérapeutique simple et naturelle !**



© Mayem Boukhal

Le **Dr Béatrice Navarre-Colin** est vétérinaire à domicile et florathérapeute pour les animaux et les personnes (fleurs de Bach et autres élixirs). Ancienne interne de l'école vétérinaire d'Alfort (ENVA) et titulaire d'un mastère de l'ESCP-EAP, elle a été associée en cabinet puis responsable communication de l'ENVA. Sa passion pour le lien entre l'animal et l'homme l'a amenée à effectuer le D.U. de Relation d'aide en médiation animale et à être membre des associations Licorne et Phénix et Parole de chien. www.votreveto.net/drbeatricenavarre

Gaëlle Bertruc est florathérapeute, comportementaliste et sophrologue. Passionnée par la recherche sur les plantes et les élixirs du monde entier, elle s'est spécialisée dans la gestion des émotions dans une approche holistique de la santé. Elle reçoit et accompagne dans son cabinet enfants, adultes et animaux afin de leur permettre de retrouver équilibre et harmonie. www.gaellebertruc.fr



© Louis Malétek

Préfaces des

Dr Jacqueline Peker et **Dr Pascale Millier**

www.editions-eyrolles.com

Prendre soin
de son
animal
avec les
**FLEURS
DE BACH**
et d'autres élixirs floraux

Dr Béatrice Navarre-Colin
Vétérinaire

Gaëlle Bertruc
Comportementaliste

**Prendre soin
de son
animal
avec les
FLEURS
DE BACH
et d'autres élixirs floraux**

Préfaces des Dr Jacqueline Peker et Dr Pascale Millier

EYROLLES



Éditions Eyrolles
61, bd Saint-Germain
75240 Paris Cedex 05
www.editions-eyrolles.com

Mise en pages : Istria
Photographies : © Devalesémotions

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris.

© Éditions Eyrolles, 2019
ISBN : 978-2-212-56931-5

À mes trois étoiles,
Alexandre, Anna, Alice,
avec tout mon amour.

À Jean-Philippe, Manon, Elena,
à Mojo, mon fidèle assistant,
de tout cœur.

*« Trouvons la chose qui nous attire le plus et
faisons-la. Que cette chose fasse tellement partie de
nous, qu'elle soit aussi naturelle que la respiration. »*

Dr Edward Bach

Sommaire

Préfaces	11
Vous avez bien dit « élixirs floraux » ?, du Dr Jacqueline Peker ..	11
« Oui, pour les animaux aussi », du Dr Pascale Millier	13
Avant-propos	17
Introduction	19
La relation plante-animal-homme	19
Les émotions et le bien-être chez l'animal	21
Partie 1 QU'EST-CE QUE LA THÉRAPIE FLORALE ? ...	25
<i>Chapitre 1</i> Historique de la thérapie florale	29
Les précurseurs	29
Les découvertes du Dr Bach	30
La recherche des années 1970 à nos jours	34
<i>Chapitre 2</i> Mode d'emploi des élixirs floraux	37
Les étapes de la préparation d'un élixir floral	37
Comment utiliser les élixirs floraux ?	39
Le Remède d'urgence	43
Partie 2 PRÉSENTATION DES FLEURS	49
<i>Chapitre 3</i> Les fleurs de Bach	53
Les fleurs de Bach non décrites	95
<i>Chapitre 4</i> Les élixirs contemporains	99

Partie 3 INDICATIONS THÉRAPEUTIQUES 141

<i>Chapitre 5</i> Indications de A à Z	145
Abandon.....	145
Abattement.....	146
Aboiements	147
Adaptation.....	148
Adoption.....	148
Agitation.....	149
Agressivité	149
Anesthésie.....	150
Anxiété	151
Apaisement.....	153
Apathie	153
Apprentissage	154
Attachement	155
Attaque	155
Autonomie.....	155
Blessure	156
Calme.....	156
Changement.....	156
Chirurgie.....	157
Choc.....	158
Concours	159
Confiance.....	160
Conflits	160
Convalescence	161
Découragement	162
Déménagement	162
Dépression	163
Désespoir.....	164
Désorientation.....	164
Destructions.....	165
Deuil	166
Douleur	167
Éducation.....	168
Environnement	168

Épuisement, fatigue	169
Fin de vie	170
Gestation	172
Grossesse nerveuse	173
Groupe	174
Hyperactivité	174
Hyperattachement	175
Hypersensibilité	175
Hypersensibilité-hyperactivité (HS-HA)	176
Inquiétude	177
Jalousie	178
Léchage intense	178
Maladie	178
Malpropreté	181
Maltraitance	182
Meute	182
Miaulements	182
Mise-bas	183
Mobilité	184
Morsure	185
Mort	186
Naissance	186
Nervosité	187
Opération	187
Panique	187
Peurs	188
Protection	189
Saignement	190
Séparation	190
Socialisation	192
Solitude	193
Stress	193
Transport	193
Traumatisme	194
Tristesse	194
Troubles obsessionnels compulsifs (T.O.C.)/Stéréotypies ...	195
Urgence	196

Vieillesse.....	197
Vitalité	197
Chapitre 6 Composez votre trousse d'urgence	199
Chapitre 7 Cas pratiques	201
Une histoire de déménagement	201
Une histoire de conflit.....	202
Une histoire de séparation	203
Une histoire de stéréotypie	204
Une histoire de naissance	204
Une histoire de deuil	205
Une histoire de mise-bas	205
Une histoire d'hyperactivité	206
Une histoire de peur	206
Une histoire de malpropreté	207
Une histoire de maltraitance	207
Une histoire de vieillesse	208
Conclusion	209
Remerciements	211
Bibliographie	215

Préfaces

VOUS AVEZ BIEN DIT « ÉLIXIRS FLORAUX » ?

Pour exister, les livres n'ont pas vraiment besoin d'une préface, mais ici elle est tout à fait bienvenue : chers lecteurs vous allez découvrir quelque chose de nouveau, disons même d'indispensable.

Gaëlle Bertruc et Béatrice Navarre sont entrées dans ma vie de vétérinaire à la retraite depuis peu de temps. Toutes les deux souhaitaient connaître les possibilités de l'homéopathie. Pour me remercier, elles m'expliqueraient tout ce que l'on pouvait attendre des « élixirs floraux ».

Depuis que j'ai cessé mon activité, je n'ai pas cessé d'apprendre. Internet y est pour beaucoup mais en ce qui concerne mes deux florathérapeutes, je dois remercier mon amie de toujours, Pascale Millier – directrice des Laboratoires Deva – qui nous a donné la parole lors de son premier congrès.

J'y ai décortiqué tout ce que je connaissais des émotions chez les animaux et de leurs manifestations. J'ai apporté les preuves de l'efficacité des médecines complémentaires : de l'homéopathie comme de l'ostéopathie et de l'acupuncture. Ces médecines pouvant seules soulager l'ensemble des symptômes venus perturber la santé de nos animaux.

Gaëlle et Béatrice ont ainsi pu présenter leurs cas cliniques. C'est probablement ce jour-là que l'idée de ce premier ouvrage est née et qu'une amitié toute parfumée de fleurs certes, mais ô combien efficace, s'est construite.

Ainsi je venais de découvrir les pouvoirs thérapeutiques de ces élixirs. Élixir floral d'ortie, de violette d'eau, de châtaignier. Des traitements naturels de la peur. Peur d'être approché, de monter en voiture. Ainsi pouvait être soulagés l'agressivité, la jalousie, la tristesse, le mal-être, etc.

Des troubles émotionnels certes, mais presque toujours accompagnés de troubles généraux ou locaux.

Béatrice et Gaëlle sont de vraies thérapeutes. Elles savent que le Dr Bach était un adepte de Samuel Hahnemann et que ses remèdes respectaient le principe de globalité. Le corps est une unité et c'est cette unité-là que nous devons comprendre avant de distribuer des remèdes ; des remèdes efficaces mais non toxiques : *Primum non nocere*.

Je ne remercierai jamais assez mes deux florathérapeutes de m'avoir entraînée dans leurs découvertes. Tous les animaux qui continuent à me demander de les soulager sont devenus des adeptes des élixirs floraux.

Je souhaite longue vie à cet ouvrage. Pour beaucoup, il sera une façon de mieux soulager – sans nuire – les nombreux problèmes qui perturbent nos animaux de compagnie.

Je me réjouis d'être aux côtés de ces deux spécialistes et je leur souhaite : « bonne route ! »

Dr Jacqueline Peker

Docteur vétérinaire, présidente de l'Institut Jacqueline Peker de Campinas au Brésil où sont étudiés l'homéopathie, l'acupuncture et les fleurs de Bach et présidente d'honneur de la Société Française d'Homéopathie.

« OUI, POUR LES ANIMAUX AUSSI »

J'ai beaucoup appris sur les élixirs floraux au service du bien-être des animaux lors de mes dix-huit années de pharmacienne de campagne.

D'abord à travers les prescriptions de vétérinaire à des animaux et à leurs maîtres ! Bien souvent, l'une n'allait pas sans l'autre.

Ensuite grâce aux nombreux témoignages de clients qui m'avaient demandé conseil pour des troubles du comportement inhabituels chez leur animal de compagnie, ou d'utilisateurs qui connaissaient à l'époque les subtilités des fleurs et de leur message mieux que moi.

La première fois que j'ai eu dans mon officine une prescription par un professionnel de la santé d'un élixir floral, elle émanait d'un vétérinaire. Sur l'ordonnance, pour Daisy¹ : *mimulus*, quatre gouttes quatre fois par jour dans l'eau de boisson.

Daisy était une chatte pleine de petites peurs au quotidien, craintive et n'osant pas sortir, malmenée par le chat des voisins. Quelques jours de prise de l'élixir ont suffi à lui redonner confiance et, d'après sa maîtresse, à laquelle le vétérinaire avait conseillé de prendre *marronnier rouge* pour lâcher l'inquiétude excessive qu'elle se faisait pour sa chatte, elle n'a plus jamais été embêtée par le chat des voisins !

De même les choses sont rentrées très vite dans l'ordre dans cette famille qui accueillait un nouveau petit chien, après que les deux chats siamois, jaloux, incontrôlables et agressifs envers le chiot aient pris quelques jours *houx*, *prunus* et *noyer*.

Parmi les témoignages dont je me souviens aujourd'hui encore avec émotion, il y a l'histoire de :

- Douchka, magnifique jument, fière et élégante, qui ne supportait pas d'être transportée avec les autres, et souffrait beaucoup des transports collectifs,

1. Tous les noms des animaux et de leurs propriétaires ont été changés.

jusqu'à ce que son maître, cavalier olympique, lui donne *violette d'eau* avant chaque voyage.

- Galatée, jument compétitive hors norme, qui se décourageait au premier échec dès que les résultats qu'elle espérait sans doute n'étaient pas atteints, et qui reprenait l'entraînement avec enthousiasme après la prise de *gentiane*.
- Gordon, magnifique setter irlandais qui faisait une dépression à la fin de chaque saison de chasse et pleurait à fendre l'âme de son maître qui, lassé de lui donner chaque année des antidépresseurs, essaya sans y croire vraiment, plutôt pour faire plaisir à sa femme, qui utilisait les fleurs de Bach pour elle et les enfants, *verveine* et *châtaignier*. Avec un résultat dont il est encore aujourd'hui étonné.

Et que penser de cet éleveur qui harmonise l'ensemble de son troupeau avec l'élixir d'*ortie* ajouté à l'eau de boisson ? De ce berger qui, privé du bal du 14 juillet parce qu'un loup a attaqué son troupeau, donne *étoile de Bethléem* et *arnica* à l'ensemble des brebis survivantes ? De cette vétérinaire qui a vu une petite tortue qui se laissait mourir sur le dos, se retourner après lui avoir déposé quelques gouttes d'*Assistance* (composé floral d'urgence) en divers endroits de sa carapace ? Et qui expérimente les élixirs floraux pour lutter contre le stress de la tonte chez des brebis ?

Les élixirs floraux sont des outils formidables, simples à utiliser et indispensables à quiconque se soucie du bien-être de son animal, et de son intégration harmonieuse dans son environnement.

Comme pour les humains, c'est le changement de comportement, le signal extraordinaire, la réponse à la question : « depuis quand ? » qui guidera le choix de l'élixir en résonance avec l'état émotionnel de l'animal. Comme pour les humains, l'élixir floral s'adresse à la cause, et non à l'effet. Comme pour les humains, il y a plusieurs fleurs pour répondre à un état décrit d'anxiété, d'agressivité, d'attachement excessif ou autre.

Mais contrairement aux humains, le mental de l'animal ne peut pas faire barrière à l'action de l'élixir floral. Pas d'effet nocebo !

Alors, ouvrez vite cet ouvrage, vous y trouverez tous les mots-clés pour trouver facilement et rapidement les élixirs floraux dont votre animal, son entourage ou vous-même, avez besoin.

Que Béatrice et Gaëlle soient ici remerciées de leur générosité à partager leur expérience et de leur talent à prendre soin de nos animaux autrement, en confiance et en conscience.

Dr Pascale Millier

Docteur en Pharmacie, directrice scientifique du Laboratoire Deva et auteure du livre *Les Fleurs de Bach*, Éditions Eyrolles.

Avant-propos

« Quand je pense que je vais donner des fleurs à mon chat ! », avons-nous un jour entendu de la bouche d'une de nos clientes. Cette réflexion nous amène à nous interroger sur le chemin que nous avons parcouru des animaux aux fleurs. Notre connivence avec la nature et les animaux remonte à l'enfance. Chacune avec une chienne confidente, Tania et Polka, chacune à explorer la campagne, les arbres, et goûter les fleurs. Deux histoires de vie, deux parcours atypiques, qui amènent à une rencontre, à une belle amitié, à des projets successifs, puis à ce livre écrit à quatre mains.

L'une comportementaliste, l'autre vétérinaire, nous voici irrésistiblement attirées par le monde des fleurs, comme aimantées. Nous avons découvert avec émerveillement qu'il était possible de soigner les émotions humaines et celles de nos animaux avec les élixirs floraux. Être florathérapeute, c'est traduire les émotions ressenties en fleurs et ramener l'équilibre émotionnel pour favoriser une bonne santé. Les élixirs floraux ont l'avantage d'être des remèdes naturels, sans effets secondaires et compatibles avec tout traitement médical.

Ce livre est le fruit de notre expérience d'accompagnement des animaux avec les élixirs floraux, dans une volonté de partage et de diffusion des connaissances. Suite à l'observation attentive de votre animal et de ses comportements, vous pourrez choisir les fleurs qui vous semblent les plus appropriées à la situation qu'il traverse dans l'instant présent. Nous avons ciblé notre écriture sur les chiens et les chats, en lien avec notre pratique, mais les élixirs floraux s'adressent à tous les animaux quelles que soient leur taille et leur espèce.

Nous avons présenté cet ouvrage sous une forme que nous aurions aimé trouver quand nous avons démarré notre activité avec les fleurs. Dans un souci

de simplicité et de clarté, il comporte trois parties. Après une présentation de la thérapie florale et de son contexte, vous trouverez la description d'une sélection de fleurs de Bach et d'élixirs contemporains, puis des indications thérapeutiques classées par ordre alphabétique.

Ce livre s'adresse à celles et ceux qui souhaitent en savoir plus sur les élixirs floraux et les animaux, qu'ils/elles soient débutant(e)s ou confirmé(e)s, propriétaires d'animaux ou soignant(e)s. Le Dr Bach souhaitait que sa méthode soit accessible à tout le monde et que chacun puisse devenir autonome dans le choix des fleurs. C'est donc dans le respect de sa philosophie que nous vous invitons à vous plonger dans cette lecture.

Nous terminerons cet avant-propos comme le Dr Bach terminait ses conférences : « *Ne me croyez pas, expérimentez.* »

Introduction

LA RELATION PLANTE-ANIMAL-HOMME

Parler des fleurs et des animaux nous amène à partager avec vous la vision du monde vivant qui nous anime. Les plantes, les animaux et les hommes sont en lien depuis l'apparition de la vie sur la terre. Pourquoi avons-nous perdu cette « reliance² » ? L'urbanisation de la société nous a coupé du contact avec la nature. C'est ce contact qui amène à la conscience du lien et de l'unité entre tous les êtres vivants, végétaux, animaux et humains.

L'intelligence et la sensibilité ne sont pas uniquement la panacée de l'être humain, comme l'illustrent les exemples suivants.

Un lien entre les arbres

Peter Wohlleben a décrit dans son ouvrage *La Vie secrète des arbres*, la communauté des arbres et son mode de fonctionnement. Il a décrit un véritable réseau Internet souterrain de communication, constitué d'une imbrication de racines des arbres et de fins filaments de champignons, le mycélium. Dans cette symbiose, les racines fournissent des nutriments au mycélium qui, permettant à l'arbre de s'étendre par ses racines, filtre les métaux lourds et repousse toute tentative d'intrusion de parasites ou de bactéries. Il s'agit d'une véritable coopération.

Les animaux et les plantes

Citons l'orchidée *Ophrys* qui ressemble à s'y méprendre à une guêpe femelle et constitue un leurre. La guêpe mâle vient se reproduire sur la plante tandis que le pollen est saupoudré sur son dos, la pollinisation à distance étant assurée par les prochains vols.

2. La reliance définit l'état de toutes choses qui sont connectées, reliées entre elles.