

Pine (Pin sylvestre)

Arbre qui peut atteindre 35m, à la cime arrondie, écorce rougeâtre, écaillée.
Aiguilles par 2, grisâtres, vrillées. Fleurs mâles jaunes, fleurs femelles rouges.
Floraison de mai à juin.
Habitat: forêts, landes, tourbières, jusqu'à 2300m.

Docteur Bach: Pour ceux qui se critiquent eux-mêmes. Alors même qu'ils réussissent, ils pensent qu'ils auraient pu faire mieux et ne sont **jamais contents d'eux** ni des résultats obtenus. Ils sont durs au travail et souffrent beaucoup des fautes qu'ils s'attribuent.

Il peut arriver que l'erreur ait été commise par un autre, mais ils n'en revendiquent pas moins la responsabilité.

Concerne ceux qui **culpabilisent**. Très perfectionnistes, ils ne sont jamais complètement contents de ce qu'ils ont faits, car ils jugent ce qu'ils font comme imparfait et insuffisant: « je peux mieux faire » ou « j'ai mal fait ».

Ceux-là, vous pouvez leur marcher sur les pieds sans problèmes, ils vous demanderont pardon: « excusez-moi, c'est de ma faute, j'avais qu'à ne pas traîner à cet endroit-là... ».

Exemples: ceux qui disent: « c'est de ma faute si tu as fait tomber le verre »
« c'est de ma faute si tu as eu cet accident de voiture
en venant au repas auquel je t'avais invité, car si je ne t'avais pas invité... »
Exo 3/N2: *Elle se sent extrêmement coupable de la souffrance qu'elle cause ... et se reproche constamment...*

Effet positif: regain d'énergie, de vitalité et du goût de vivre.

La personne accepte objectivement les responsabilités, sans porter de jugement exagérément négatif.

"Toute condamnation de nous-mêmes ou des autres, est une condamnation de la création universelle, elle nous restreint et limite notre pouvoir d'insuffler l'amour universel aux autres"

