



## CHERRY PLUM

Prunus blanc  
*Prunus cerasifera*

### Cherry Plum négatif

Cherry Plum vit dans un stress permanent qui envahit son existence. Incapable de gérer son stress, Cherry Plum vit toujours tendu et en agitation. On dirait qu'il est perpétuellement sous pression, prêt à « exploser ». Il craint en effet de perdre le contrôle de la situation et de se laisser aller à des actes violents, sans la possibilité de se contrôler.

Cherry Plum a peur de faire du mal, car il ne pourrait pas se maîtriser, sous l'emprise de ses pulsions. Souvent il se met en colère, parfois violemment. Il a également peur de perdre la tête, surtout en cas de baisse de moral. C'est une pression interne constante qui pose beaucoup de problèmes à Cherry Plum, comme s'il s'agissait d'une nature destructrice. Dans les moments difficiles, Cherry Plum pense souvent à la mort (et au suicide) comme à une libération. Cherry Plum peut aussi avoir des obsessions ou des fixations d'idées.

Il fait souvent des cauchemars et connaît des difficultés de sommeil, car il peine à se laisser aller.

### Cherry Plum positif

Le remède Cherry Plum aide à avoir confiance dans ses propres énergies intérieures et dans ses facultés mentales. Il permet aussi de mieux dominer ou gérer les pulsions et de diminuer son émotivité. Cherry Plum peut être un outil de soutien en cas de désintoxication de drogue, de boulimie ou pour épauler un traitement psychique lié aux obsessions. Ce remède aide à mieux vivre le stress, à s'ouvrir, à retrouver le courage et une certaine spontanéité. Cherry Plum permet d'accepter son propre univers intérieur, y compris le côté d'« ombre », sans en être victime. Plus de force en soi.

#### > Ce qu'en dit le Docteur Bach :

« Quand on a peur d'avoir l'esprit surmené, de perdre la raison, de faire des choses terribles que l'on redoute, que l'on ne veut pas faire et que l'on sait être mauvaises, mais qui viennent cependant à l'esprit et qu'on a l'impulsion de faire. »