

PRIMA PARTE

I FIORI DI BACH

“Voi cercate con i sensi e la mente, ma la risposta arriva dal vostro Spirito. E’ così che le rondini imparano a volare attraverso l’oceano.”

Edward Bach



INTRODUZIONE

“Non lasciatevi distogliere dall’adozione del metodo a causa della sua semplicità, perché più progredirete nella ricerca, più vi apparirà palese la semplicità di tutto il Creato.”

Edward Bach

I **Fiori di Bach** stupiscono per la loro semplicità. Questo è il principio base su cui Edward Bach, geniale medico Inglese scopritore dei Rimedi, basò il suo Lavoro: “ Tutto in Natura è semplice”. L’essenzialità insita nel Metodo non deve però trarre in inganno; troppo spesso la Floriterapia è stata sottovalutata e considerata una Terapia “New Age” ad effetto placebo: niente di più superficiale ed errato. Solo chi si addentra in profondità nel vero pensiero di Edward Bach riesce a cogliere la sofisticata perfezione del suo Metodo e l’enorme valore terapeutico dei Fiori.

La Floriterapia è un metodo di cura vibrazionale, nel senso che i Rimedi non interagiscono con il soggetto attraverso una reazione bio-chimica (non è presente alcun principio attivo nelle molecole del preparato), bensì attraverso una trasmissione di informazioni: lo schema vibrazionale del Fiore viene trasmesso alla persona che assume il Rimedio, armonizzando per Risonanza l’emozione o il pensiero distorto. Sono concetti comuni all’Omeopatia; la scienza chiamata in causa è la Fisica, soprattutto quella parte di Fisica che si definisce Quantistica, nata un centinaio di anni fa per spiegare comportamenti del mondo sub-atomico che non sottostavano alle Leggi della Fisica Classica. Ma vedremo in dettaglio gli aspetti tecnici del Metodo più avanti.

Quello che preme far capire ora è che il Messaggio dei Fiori è molto sottile e silenzioso, ma non per questo poco efficace! I Fiori di Bach richiedono silenzio (soprattutto interiore!) e una capacità di ascolto attiva: il loro benefico effetto si percepisce al di fuori del caotico modo di vivere e di pensare tipici dei nostri giorni. La semplicità è legata all’unità, alla completezza, all’armonia.

Ma per cogliere in profondità l'enorme valore del Metodo, è necessario conoscere un po' di storia del geniale medico Inglese.

LA VITA DI EDWARD BACH



Edward Bach nasce a Moseley, in Inghilterra, il 24 settembre del 1886 da una famiglia di origini gallesi. Fin da piccolo, mostra un grande amore per la natura ed una spiccata compassione per le sofferenze del genere umano, tanto che la vocazione ad aiutare chi soffre nasce già in tenera età. A diciassette anni interrompe

gli studi e comincia a lavorare temporaneamente nella fabbrica di ottone di proprietà del padre (curioso notare come un “moderno Alchimista” si trovi a lavorare in una fonderia di metalli!): è proprio in questa occasione che ha modo di conoscere da vicino i problemi di salute degli operai, e si rende conto come personalità, psicologia e malattia siano strettamente legate.

Dopo un’iniziale indecisione tra la carriera medica e quella ecclesiastica (Bach era anche un grande mistico), decide finalmente di intraprendere gli studi in medicina a Birmingham e consegue l’abilitazione alla professione nel 1913. Inizia subito a lavorare come responsabile del Pronto Soccorso dell’Ospedale Universitario di Londra. Di mente molto acuta, Bach comincia presto a rivolgere la sua attenzione alla Batteriologia; alla fine del diciannovesimo secolo Immunologia e Vaccinoterapia rappresentavano infatti l’avanguardia della ricerca medica. I suoi studi lo portano a collegare l’azione di alcuni batteri intestinali con determinate malattie croniche. Da questi ceppi batterici svilupperà in seguito (dopo aver incontrato il pensiero di Hahnemann) dei vaccini, i Nosodi di Bach, con cui cura con successo centinaia di casi cronici.

E’ a questo punto che si inserisce un avvenimento molto importante nella vita del medico Inglese: nel 1917, in seguito ad una grave emorragia che lo costringe a sospendere il suo incessante lavoro, viene operato d’urgenza (secondo alcune fonti per un tumore maligno alla milza) e la prognosi è nefasta: tre mesi di vita! Ma Bach, sostenuto dalla Passione che lo anima e dalla Missione che sente di avere, recupera velocemente e miracolosamente la salute. E’ il momento in cui entra in contatto con il lavoro di Samuel Hahnemann che, circa un secolo prima, stravolge la visione della medicina con il suo Organon. Il concetto Omeopatico lo affascina molto e comincia a sviluppare una propria teoria, collegando fra loro questi concetti con la tossiemia intestinale da lui studiata. Nel marzo del 1919 entra come Batteriologo e Patologo all’Ospedale Omeopatico di Londra. La lettura delle opere di Hahnemann e il contatto con i medici omeopati contribuiscono ad avvicinare sempre di più la sua visione alla medicina omeopatica; i vaccini, che prima iniettava attraverso l’uso di siringhe nei suoi pazienti, vengono preparati usando metodi omeopatici, sottoforma di compresse per uso orale. E’ interessante notare come il medico Inglese si orienti nel corso del suo operato verso forme terapeutiche sempre più sottili e sensibili: dalla chirurgia applicata in Pronto Soccorso (metodo definito il più “rude” degli interventi terapeutici: *“Prima la parola, poi la pianta, infine il coltello.” Esculapio*),

alla Batteriologia, all'Omeopatia per approdare infine alla Floriterapia, ritenuta da Bach la più sottile delle Arti Mediche.

Nonostante il crescente successo dei suoi vaccini (i 7 Nosodi) e del suo lavoro come terapeuta, Bach è scontento, in quanto sente che il suo metodo non è efficace per curare tutte le patologie; inoltre utilizzare medicinali ottenuti da sostanze prodotte dalla malattia non lo soddisfa...egli ricerca qualcosa di più sottile, puro e perfetto. Anche l'Omeopatia non lo soddisfa in pieno; metodo affascinante ed efficace, è però, come la vaccinoterapia, troppo complicato secondo i suoi parametri per essere usufruibile da tutti. Rivolge quindi la sua attenzione al mondo vegetale, riuscendo ad individuare alcune piante con proprietà molto simili a quelle dei Nosodi.

E' nel 1928 che si colloca un episodio fondamentale nello sviluppo delle sue ricerche. Durante una cena a cui decide di partecipare contro voglia, egli ha il classico lampo di genio: come spesso accade nelle grandi scoperte, Bach ha un'intuizione che segnerà l'inizio della sua grande Opera (il sistema completo dei 38 Fiori): osservando le personalità dei partecipanti, nota l'esistenza di veri e propri gruppi psicologici che reagiscono alla malattia in maniera molto simile. Questa osservazione cambia in modo definitivo il suo approccio alla materia medica: da quel giorno i pazienti vengono dettagliatamente studiati ed esaminati secondo il temperamento e i rimedi somministrati vengono prescritti in base a tali osservazioni.

Proprio in quell'anno (1928) Bach si reca in Galles e scopre i primi tre Rimedi Floreali: *Impatiens*, *Clematis*, *Mimulus*.

Preparati secondo un metodo che ricorda da vicino l'antica Arte Sacra denominata Alchimia (vedremo successivamente i dettagli tecnici di preparazione), vengono subito usati da Bach e prescritti in base alla personalità dei pazienti, con risultati notevoli ed immediati. Sono solo i primi tre dei trentotto Rimedi individuati dal medico; d'ora in poi la sua vita intera sarà dedicata alla scoperta di questo meraviglioso e potente metodo terapeutico, le "Divine Erbe di Guarigione", come lui stesso le definisce, metodo che dice di aver ricevuto come rivelazione "per Grazia Divina".

Sentendosi investito di una Missione il cui scopo è quello di portare alla luce una nuova forma di terapia, decide di abbandonare il suo vecchio lavoro e nella

primavera del 1930, all'apice del successo e della carriera, lascia il suo studio di Londra e si trasferisce nella campagna gallese. Intuisce chiaramente che il suo nuovo laboratorio non sarà più fatto di pareti, scrivanie ed ampolle, ma saranno il suo stesso corpo, il suo intuito e la sua sensibilità. Per cui si immerge nelle vibrazioni curative della Natura, in attesa che i Rimedi gli vengano "mostrati". Come un vero Alchimista, riuscirà a trasmutare emozioni e stati d'animo attraverso l'utilizzo delle benefiche vibrazioni di particolari piante selvatiche che di volta in volta entrano in vibrazione armonica con lo stato d'animo provato. Questo processo di scoperta, lungo e faticoso, consumerà lentamente il suo apparato psicofisico.

Tra Galles, Inghilterra e Norfolk, Bach continua le sue ricerche, curando gratuitamente numerosi pazienti con i suoi Fiori; durante il suo "tirocinio" consolida sempre più la sua convinzione fondamentale: *non è importante il disturbo in sé, ma il temperamento del paziente e questo deve essere trattato per ritrovare l'armonia perduta.*

Bach, in armonia con il suo carattere, pubblica numerosi articoli su *The Homeopathic World*, dove descrive i suoi Rimedi e il nuovo sistema di diagnosi, in modo che le sue scoperte possano essere di beneficio per gli altri. Ma nel 1932 l'Ordine dei Medici minaccia Bach di radiazione dall'albo, nel caso in cui si ostini a pubblicare suddetti articoli. Al che egli risponde dichiarandosi disposto a rinunciare al suo titolo di medico, purché le sue nuove scoperte vengano diffuse, permettendo alle persone che soffrono di alleviare i loro problemi.

Nel 1933 pubblica il manoscritto *I dodici Guaritori e i quattro Aiuti* e prepara la famosa miscela composta da tre Fiori (in seguito portati a cinque) di pronto soccorso conosciuta col nome di Rescue Remedy.

Nel 1934 si trasferisce definitivamente a Sotwell, nell'Oxfordshire, dove ancor oggi risiede il Bach Center. Pubblica nuovamente *I dodici Guaritori e i sette Aiuti*. A questo punto la sua sensibilità è diventata altissima e nel periodo successivo scopre gli ultimi 19 Rimedi e sperimenta un nuovo metodo di preparazione, la Bollitura, che affiancherà al precedente, la Solarizzazione.

Il 1936, ultimo anno della sua vita, sarà dedicato a conferenze, ad impartire lezioni a chi si avvicina la suo metodo di cura, ma soprattutto ad istruire il suo gruppo di assistenti, così da lasciare tutte le informazioni necessarie a disposizione delle future generazioni. Egli sente che il suo compito sulla terra è ormai terminato; il 27

novembre del 1936, a soli cinquant'anni, Edward Bach si spegne nel sonno, secondo alcune fonti per un attacco di cuore.

I suoi assistenti e seguaci, Nora Weeks e Victor Bullen, continuarono il suo lavoro fino al 1978, tramandando conoscenza e metodo agli attuali amministratori del Bach Center. Sarà il suo pensiero rimasto intatto? Interessante questione a cui non è possibile dare risposta oggettiva.

“Non appena un insegnante ha donato il suo lavoro al mondo, deve sorgere una visione distorta dello stesso. (...) La distorsione deve sorgere affinché la gente possa scegliere tra l'oro e i metalli di derivazione”.

Edward Bach

IL PENSIERO DI EDWARD BACH

“La malattia non è una crudeltà in sé, né una punizione, ma solo ed esclusivamente un correttivo, uno strumento di cui la nostra Anima si serve per indicarci i nostri errori, per evitarci errori più gravi, per impedirci di suscitare maggiori ombre e per ricondurci sulla via della Verità e della Luce, dalla quale non avremmo mai dovuto allontanarci.”

Edward Bach

Per comprendere appieno il pensiero di Edward Bach bisogna considerare innanzitutto il suo approccio altamente spirituale alla vita, approccio che egli condivide con i suoi grandi predecessori spirituali Ippocrate e Paracelso. La visione che egli ha del Creato affonda le sue radici in un sistema di relazioni subordinato alle

istanze spirituali, che trascende i limiti della singola personalità umana per inserirsi in una dimensione superiore.

Ogni essere umano presenta in sé due aspetti (tutto in questa dimensione è duale!): l'Essenza, o Anima e la personalità. La prima rappresenta la vera natura di una persona, i suoi talenti, le sue aspirazioni, la sua parte più intima; la seconda è invece una sovrastruttura creatasi nel tempo, fortemente influenzata dall'ambiente, dalle circostanze della vita, dalle convenzioni della società e/o dalle aspettative degli altri. Molto spesso, ma non sempre, l'Essenza rappresenta ciò che noi *vorremmo essere*, mentre la personalità è ciò che *riusciamo ad essere* o ciò che *ci sentiamo costretti ad essere*.

Quanto più la nostra Essenza si allontana dalla personalità, tanti più conflitti, frustrazioni e di conseguenza malattie si creeranno dentro di noi. In termini più scientifici e materici, la malattia è vista come il risultato di uno squilibrio energetico interiore (sia esso un conflitto psicologico, emotivo o spirituale) che, non risolto, precipita nella materia, costringendoci ad affrontarlo. Se ne deduce che una vera Guarigione comporta la rimozione dello stato emotivo/mentale distorto, attraverso lo sviluppo dello stato emotivo/mentale positivo corrispondente. La parola chiave è quindi TRASFORMARE, non combattere. In questo importantissimo concetto si può cogliere in pieno l'influenza che l'Alchimia, intesa come Arte Sacra che tende a trasmutare la natura interiore dell'essere umano (il piombo in oro), abbia influenzato in profondità la visione del medico Inglese.

In sintesi quindi, per guarire, non bisogna curare la malattia fisica, bensì armonizzare (attraverso la trasmutazione) lo stato emotivo o mentale che l'ha generata.

“L'arte della Guarigione deve passare dall'ambito dei metodi terapeutici puramente fisici a quelli del risanamento spirituale e mentale. Soltanto grazie al ristabilimento dell'armonia tra Anima ed emotività sarà possibile eliminare la causa prima della malattia e riservare l'uso dei mezzi fisici che fossero ancora necessari al completamento della guarigione del corpo.”

Edward Bach

“La vera terapia consiste nell’approccio al Divino; più si raggiunge l’esperienza del Divino, più si è liberati dalla maledizione della patologia”.

C.G. Jung

I Rimedi Floreali, ***ristabilendo la connessione che si è interrotta tra Anima e personalità***, aiutano ad esprimere in pieno la propria Essenza; agevolano l’essere umano a compiere la missione che ha sulla Terra, avvicinandolo all’espressione più equilibrata della sua natura più autentica.

Un siffatto metodo terapeutico comporta una grande dose di RESPONSABILITÀ: la Guarigione non riguarda più solamente il corpo fisico, non è frutto di un semplice intervento esterno, ma si rivela essere un percorso di crescita personale che mira a ristabilire il contatto con i dettami della propria anima, trasformando continuamente dentro di sé i vizi in Virtù, come direbbe Bach. Ne consegue che il vero terapeuta è colui che guida il “malato” in questo processo interiore, indicandogli la strada, ma non sostituendosi ad esso.

“Una terapia corretta non richiede trattamenti che privano il paziente del suo senso di responsabilità, ma dovrebbe indicare solo le regole da seguire per aiutarlo a superare i suoi errori”.

“Il secondo dovere del medico dovrà consistere nel prescrivere presidi terapeutici che aiutino il corpo materiale ad acquistare forza e lo Spirito a conquistare la pace, ad ampliare i propri orizzonti e aspirare alla pienezza del proprio essere: e dunque a ristabilire la pace e l’armonia in tutta la personalità”.

“Questo genere di rimedi esiste in Natura (...). Alcuni di questi rimedi sono noti, altri verranno ricercati col tempo nelle varie parti del mondo (...). Non c’è dubbio che, nel corso di questa ricerca, torneremo a scoprire gran parte di quella Scienza che era già nota all’uomo oltre duemila anni fa”.

Edward Bach

Aldilà degli aspetti più prettamente spirituali, vale la pena sottolineare la portata del pensiero di Bach: la malattia fisica ha sempre alla sua radice una disarmonia mentale ed emotiva (squilibrio energetico), dato che corpo e mente sono strettamente connessi in un tutt'uno e non è possibile considerare uno senza l'altra. In altre parole materia ed energia sono solo due facce della stessa medaglia.

La geniale intuizione che il medico Inglese ebbe cent'anni fa è oggi confermata dalla Scienza moderna. Basti pensare alla nuova visione della realtà che trae le sue origini dalla Fisica Quantistica, dove l'osservatore diventa partecipe della creazione della realtà, o al lavoro di Bruce Lipton (vd. "La biologia delle credenze"), alla Nuova Medicina Germanica di Hamer o anche semplicemente alla PNEI, disciplina che si occupa delle relazioni fra il funzionamento del sistema nervoso, del sistema immunitario e del sistema endocrino. Tutti sono concordi nell'affermare la stretta relazione esistente tra corpo fisico, mentale ed emotivo. Bach aggiunge il Piano Spirituale, ritenuto da lui il più importante. Ed è forse proprio questo che distingue il suo sistema terapeutico da tutti gli altri: I Fiori di Bach, in ultima analisi, agiscono non solo su pensieri ed emozioni, ma aiutano anche a ricontattare la propria Divinità, il Sé più alto, accompagnando l'individuo in un percorso di crescita e di trasformazione profonda.

“Dietro ogni malattia ci sono le nostre paure, le nostre ansie, i nostri desideri e le nostre avversioni. Andiamo dunque a scovarli e curiamoli e, con la loro guarigione, anche il disturbo che ci affligge se ne andrà”.

“La malattia è il frutto di un modo di pensare e di agire sbagliati e cessa quando pensiero e azione vengono riequilibrati. Quando si apprende la lezione del dolore, della sofferenza e dell'angoscia, la sua presenza non ha più scopo ed essa automaticamente scompare.”

Edward Bach

Capiamo in quest'ottica come la Floriterapia sia un'efficace strumento di PREVENZIONE: se l'equilibrio mentale ed emotivo viene ristabilito e mantenuto, l'individuo non dovrà sperimentare il disagio fisico, che rappresenta l'ultimo tentativo messo in atto dalla Natura per apportare la necessaria correzione.

“Le erbe sono semplici da capire per ogni studente della natura umana (...). Esse ci aiutano a prevenire l'attacco della malattia organica nel momento in cui il paziente è

in quello stato funzionale che tanto spesso precede sia le malattie acute che quelle croniche”.

Edward Bach

IL SISTEMA TERAPEUTICO: I 38 FIORI



Ma perché Bach rivolge la sua attenzione proprio ai Fiori?

Da che mondo è mondo il fiore è sempre stato considerato dall'uomo simbolo di bellezza, di perfezione e di sviluppo delle qualità superiori. Basti pensare alla rosa dei Rosacroce, al loto millefoglie della filosofia indiana, alla stessa rappresentazione

grafica dei chakra o a quel simbolo di geometria sacra meglio conosciuto con il nome di “Fiore della Vita”, che rappresenta lo schema della creazione, il linguaggio originale dell’Universo, pura forma e proporzione. Per Jung il fiore è il simbolo dell’Io Spirituale, proprio come il potenziale più elevato e ricco di energia della pianta è racchiuso nel fiore: qui c’è la massima vibrazione energetica, la massima “spiritualizzazione”. I maestri tibetani tuttora affermano che sussiste un collegamento diretto fra l’inconscio dell’uomo, il suo mondo emozionale e il regno vegetale.

L’estrema sensibilità del medico Inglese lo spinge a rivolgersi proprio a questa parte della pianta, intuendone l’elevato potere simbolico ma, soprattutto, energetico. Le piante da lui scelte, definite “di ordine superiore”, sono prive di sostanze tossiche, ma non utilizzabili per l’alimentazione umana, per lo più di aspetto modesto e rigorosamente cresciute allo stato selvatico: se coltivate infatti, non possiedono in misura sufficiente le proprietà risanatrici di origine “divina”. Molte di queste, come il faggio (Beech), l’olivo (Olive), la vite (Vine) o la quercia (Oak) erano già considerate dalla medicina popolare depositarie di proprietà simboliche.

I Fiori sono un’espressione esterna dei principi della forza della vita, principi che si esprimono in noi sotto forma di pensieri e sentimenti (...). I Fiori sono una metafora dell’emozione umana. Ma le piante sono più di una metafora, perché in realtà rappresentano un pensiero; sono la presenza fisica di una forma pensiero (...). Le piante rappresentano idee in forma fisica, come fossero pensieri della terra”.

Julian Barnard

Bach, che era un esperto nel mettere i principi in relazione fra loro, afferma che ognuno dei *Fiori di ordine superiore* equivale esattamente a un principio di pensiero o di sentimento umano. In altre parole, l’energia di ciascuno dei 38 Fiori da lui scelti vibra nello stesso modo di determinati pensieri o sentimenti.

I 38 Fiori incarnano quindi altrettante emozioni (sia nello stato equilibrato che scompensato), *archetipi dell’animo umano, riscontrabili in tutti gli esseri viventi, indipendentemente da razza, sesso ed età*. Ci troviamo di fronte ad una perfetta codificazione dell’animo umano. Geniale e sofisticato.

Oltre a ciò, quello che affascina del lavoro di Edward Bach, per chi approfondisce il metodo e lo studio dei suoi pochi scritti rimasti (ha bruciato un'enorme quantità di appunti per amore della semplicità!!), è l'architettura perfetta del sistema: i 38 Fiori, lungi dall'essere tutti uguali, hanno un peso e delle caratteristiche diverse.

Bach amava moltissimo la geometria e i numeri; per lui la Natura era la creazione ordinata della vita e rispecchiava la Divinità. Infatti la geometria, nonché la struttura numerica del processo di crescita e della forma sono molto evidenti in natura, soprattutto nelle piante e nei fiori.

In egual modo il suo sistema terapeutico è concepito secondo una struttura numerica ben precisa: i 12 Guaritori, i 7 Aiutanti, gli Ultimi 19 Rimedi. Riflettendo un attimo possiamo vedere come $12+7$ dia 19. Quindi $19+19$. O meglio ancora $1+1$, indicativo delle due parti della sua ricerca. Perfezione pura. E' impensabile che un uomo preciso, meticoloso ed amante della semplificazione come era Bach potesse considerare 38 Rimedi senza una struttura e un ordine ben precisi. In verità, terminata la scoperta di tutti i Rimedi, Bach tentò una sistematizzazione che potesse agevolare l'utente nella scelta del rimedio o dei rimedi adatti, ma per amore della semplicità alla fine scelse un altro metodo di suddivisione, le famose 7 categorie in cui egli stesso inserì tutti i suoi 38 Fiori.

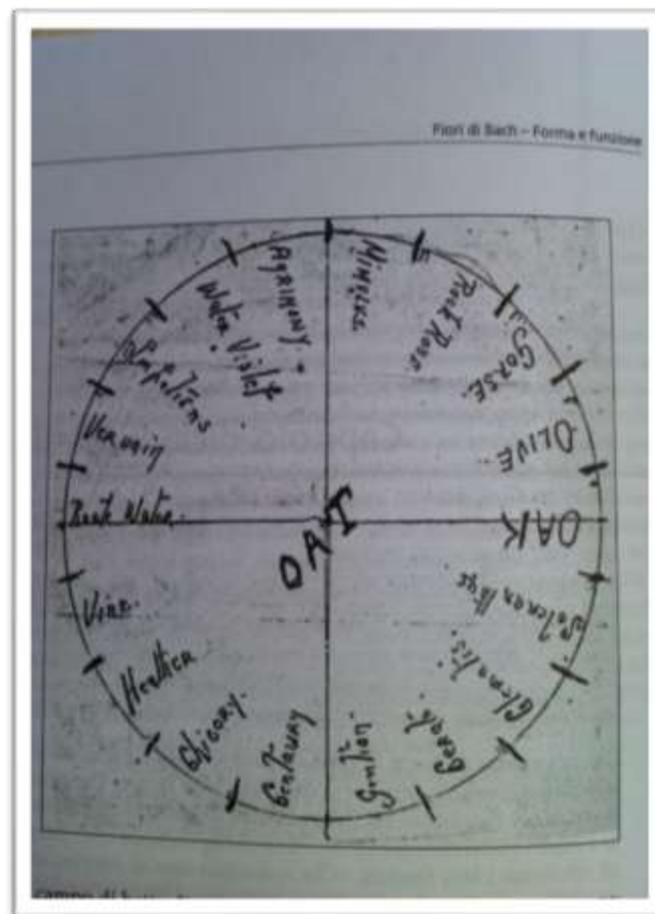
*“ I Dodici Rimedi a cui ho lavorato negli ultimi cinque anni si stanno dimostrando straordinari sotto il profilo terapeutico e stanno donando salute a tanti malati cosiddetti incurabili, anche laddove il trattamento omeopatico ha fallito, al punto che **sto cercando di semplificare la prescrizione affinché possano essere usati da tutti i profani**”.*

Edward Bach

Per comprendere esattamente il valore del suo lavoro di decodificazione dell'animo umano, si ritiene necessario analizzare i Fiori secondo l'ordine di scoperta, ossia i 12 Guaritori, i 7 Aiutanti e gli Ultimi 19 Rimedi.

“La prescrizione di questi nuovi rimedi sarà molto più semplice di quanto non appaia a prima vista, perché ognuno di essi corrisponde a uno dei dodici Guaritori o dei sette Aiuti”

Edward Bach



I **Dodici Guaritori**, chiamati anche i **Dodici Grandi Rimedi**, costituiscono la base dei trentotto Rimedi Floreali, le fondamenta dell'edificio. Essi rappresentano i dodici tipi animici di base, l'impronta energetica con cui si viene in questo mondo e più precisamente le *dodici lezioni fondamentali dell'animo umano*. Ognuno di noi può individuare la propria essenza principalmente in uno di essi. Bach parla di *“gruppi definiti di uomini, ognuno dei quali svolge la sua funzione, ovvero divulgare nel*

mondo materiale la lezione specifica che ha imparato". Questa visione permea tutti i suoi scritti.

"Ogni individuo in tali gruppi ha una personalità specifica, un compito specifico da svolgere e un modo specifico di svolgerlo. Questi elementi sono anche causa di disarmonia: se non ci atteniamo alla nostra personalità e al nostro compito, essa si manifesta nel corpo sotto forma di malattia".

Edward Bach

Vale la pena soffermarsi un attimo sul numero 12: niente è casuale! Dodici sono i segni zodiacali e i mesi dell'anno, dodici sono gli apostoli, dodici le tribù d'Israele, dodici i nervi cranici, dodici i principali meridiani di agopuntura, dodici i Sali tissutali presenti nelle nostre cellule, e altri ancora. Come disse D'Arcy Thompson *"l'armonia del mondo si palesa nella Forma e nel Numero"*. E Bach ne sapeva qualcosa!

Una volta scoperto Rock Rose, ultimo dei dodici Guaritori, il medico inglese pensava di aver terminato la sua opera. Ma dovette presto ricredersi.

Continuando la sua ricerca, Bach scoprì altri sette Rimedi, i **Sette Aiutanti**. Essi rappresentano le condizioni croniche, gli stati che si sono creati nel tempo, in seguito agli eventi della vita e molto spesso mascherano il vero tipo, la lezione fondamentale dell'Anima.

Quindi per "svelare" il Fiore tipo, la propria lezione fondamentale, a volte è necessario lavorare sullo stato cronico che si è instaurato come condizione cronica:

"Si osserverà che alcuni soggetti non sembrano corrispondere a nessuno dei Dodici Guaritori; molti di loro si sono tanto abituati alla malattia che questa sembra parte della loro natura ed è difficile cogliere il loro vero Sé (...)"

Edward Bach

Questi individui si trovano come in una fase di stagnazione; si rivela quindi necessario lavorare ed eliminare la condizione cronica per scoprire il tipo essenziale che si cela dietro:

“Tali persone hanno perduto gran parte della loro individualità, della loro personalità, e devono essere aiutate a uscire dal blocco, dall’impasse, in cui si sono focalizzate, prima di poter capire di quale dei Dodici Guaritori abbiano bisogno”.

Edward Bach

A questo punto la sua ricerca aveva preso “vita propria” e il metodo che aveva a lungo studiato ed analizzato cominciava a delinearsi in tutta la sua completezza quasi da solo, creato come per intervento Divino nell’impeto del momento, non più in conformità a una teoria.

In soli cinque mesi, da marzo a luglio del 1935, il medico Inglese scoprì **Gli Ultimi Diciannove Rimedi**, in media quasi uno alla settimana. Il processo fu sicuramente intenso e contribuì sicuramente a consumare una grande parte delle sue energie psicofisiche. Infatti, prima di individuare un nuovo Rimedio, Bach sentiva su di sé ogni stato emozionale che questo avrebbe curato. E gli Ultimi Diciannove Rimedi rappresentano stati emotivi e mentali davvero intensi, stati reattivi che possono insorgere in seguito ai traumi esistenziali, talora di vecchia data e molto profondi. *Se i primi diciannove rappresentano l’innocenza, i secondi incarnano l’esperienza.* Davvero molto diversi.

Non è un caso che i primi diciannove Rimedi siano rappresentati da Fiori semplici di campo, fatti da uno stelo che regge le varie parti del fiore. Semplicità, perfezione ed innocenza, appunto, sono le caratteristiche che li contraddistinguono.

I secondi diciannove sono invece rappresentati da fiori che crescono su alberi; qui la struttura è molto più complessa, organizzata in un fusto con delle radici, dei rami, delle foglie, rappresentativi di una personalità non più innocente, spontanea, ma in cui l’esperienza della vita ha “costruito” delle sovrastrutture, aumentandone la complessità.

Un'altra fondamentale differenza che caratterizza i due gruppi è il metodo di preparazione diverso scelto: i primi vengono preparati con il *metodo della solarizzazione*, i secondi con il *metodo della bollitura*, come se il "Fuoco Alchemico" veicolato dal sole non fosse sufficiente a "trasmutare" stati così intensi e ci fosse bisogno di un fuoco più forte e più potente. Vedremo in dettaglio questo concetto nella sezione dedicata all'esposizione del metodo di preparazione dei Rimedi.

In luce di quanto detto finora, risulta chiaro come i trentotto Rimedi non abbiano lo stesso peso all'interno del sistema terapeutico, e capirne le differenze è di primaria importanza per approcciare la Floriterapia di Bach in maniera corretta e per trarne di conseguenza i maggiori benefici.

I Secondi Diciannove Rimedi sono spesso più facili da identificare rispetto ai tipi animici; di norma sono infatti gli stati emozionali esterni, quelli più in superficie. Come la buccia di una cipolla, dobbiamo lavorare sugli strati più esterni, i più visibili, fino ad arrivare al centro, al cuore: qui troveremo la grande lezione dell'Anima, e quindi il Rimedio-Fiore che più rappresenta la nostra Essenza. Non è un caso che i bambini molto spesso vengano trattati con i Dodici Guaritori (anche se non solo!), a dimostrazione del fatto che più siamo giovani ed innocenti, più è evidente in noi la nostra impronta originale e di conseguenza la nostra lezione di vita.

Sia chiaro che, indipendentemente dal Fiore-tipo, ciascuno dei trentotto Rimedi può essere usato in qualsiasi momento della vita in cui si presenti quel determinato tipo di emozione da riequilibrare. E' la distinzione che Ermanno Paoletti, omeopata ed esperto floriterapeuta italiano, fa tra "type" e "mood", intendendo con il primo termine il Fiore-tipo, quello che caratterizza la persona, con il secondo uno squilibrio che si presenta nella persona in un particolare momento di vita o in una precisa circostanza. Capire bene questa differenza è di grande importanza per utilizzare i Rimedi in maniera efficace.

Ma vediamo ora in breve i trentotto Fiori, con i relativi vizi e le relative virtù. Un'analisi monografica approfondita dei Rimedi verrà esposta in fase di approfondimento della Terapia Floreale.

I 12 GUARITORI

- **IMPATIENS:** IMPAZIENZA / CALMA
- **MIMULUS:** PAURA / RISOLUZIONE
- **CLEMATIS:** INDIFFERENZA / GENTILEZZA
- **AGRIMONY:** TORMENTO / QUIETE
- **CHICORY:** CONGESTIONE / AMORE
- **VERVAIN:** ENTUSIASMO ECCESSIVO / TOLLERANZA
- **CENTAURY:** DEBOLEZZA / POTERE
- **CERATO:** IGNORANZA / SAGGEZZA
- **SCLERANTHUS:** INDECISIONE / FERMEZZA
- **WATER VIOLET:** SOFFERENZA / GIOIA
- **GENTIAN:** SCORAGGIAMENTO / COMPrensIONE
- **ROCK ROSE:** TERRORE / CORAGGIO

I 7 AIUTANTI

- **GORSE:** **DISPERAZIONE / SPERANZA**
- **OAK:** **ACCANIMENTO AL DOVERE / FORZA**
- **HEATHER:** **EGOCENTRISMO / EMPATIA**
- **ROCK WATER:** **RIGIDITA' / FLESSIBILITA'**
- **VINE:** **AUTORITARISMO / AUTORITA'**
- **OLIVE:** **ESAURIMENTO / ENERGIA**
- **WILD OAT:** **MANCANZA DI OBIETTIVI / VOCAZIONE**

GLI ULTIMI 19 RIMEDI

- **CHERRY PLUM:** SQUILIBRIO PSICHICO / AUTOCONTROLLO
- **ELM:** SOVRACCARICO / RESPONSABILITA'
- **ASPEN:** PAURA SCONOSCIUTA / SENSIBILITA'
- **CHESTNUT BUD:** DISTRAZIONE / APPRENDIMENTO
- **LARCH:** SVALUTAZIONE / AUTOSTIMA
- **HORNBEAM:** STANCHEZZA MENTALE / VITALITA'
- **WILLOW:** RANCORE / COMPrensIONE, PACE
- **BEECH:** CRITICISMO / TOLLERANZA
- **CRAB APPLE:** VERGOGNA, PURIFICAZIONE
- **WALNUT:** RISTAGNO / CAMBIAMENTO
- **HOLLY:** CHIUSURA DEL CUORE / AMORE
- **STAR OF BETHLEHEM:** TRAUMA / ELABORAZIONE
- **WHITE CHESTNUT:** RIMUGINIO / SILENZIO MENTALE
- **RED CHESTNUT:** IPERPROTEZIONE / CALMA
- **PINE:** AUTOPUNIZIONE / AMORE PER SE'
- **HONEYSUCKLE:** NOSTALGIA / EVOLUZIONE
- **WILD ROSE:** APATIA / MOTIVAZIONE
- **MUSTARD:** MALINCONIA / STABILITA' EMOTIVA
- **SWEET CHESTNUT:** ANGOSCIA / RINASCITA

IL METODO DI PREPARAZIONE DEI RIMEDI



Arriviamo ora alla parte più affascinante ed intrisa di antiche conoscenze dell'Opera del dottor Bach: la preparazione dei suoi Rimedi Floreali. Egli era non solo un medico affermato, ma anche uno scienziato e un profondo conoscitore delle Antiche Leggi che reggono l'Universo. Quindi la vastità delle sue conoscenze includeva non solo la scienza ufficialmente definita, ma anche concezioni filosofiche metafisiche ed Antiche Arti come l'**Alchimia**.

E' proprio l'influenza di quest'ultima (più precisamente della **Spagyria**, antica pratica derivante direttamente dall'Alchimia che si occupa delle piante e delle erbe a scopo medico) che appare evidente nel metodo di preparazione che Bach scelse per i suoi Rimedi.

Inizialmente, negli anni che vanno dal 1928 al 1930, i primi tre Rimedi (Impatiens, Clematis e Mimulus) venivano preparati seguendo le modalità adottate per la preparazione dei medicamenti omeopatici, quindi eseguendo la classica triturazione del materiale vegetale e lattosio *"per ventun minuti, a mano, con mortaio e pestello di vetro"*. E' solo nel 1930 che il primo dei due metodi viene scoperto ed in seguito adottato per i 19 Rimedi iniziali.

Colto dalla classica intuizione del genio, Bach comincia a raccogliere la rugiada dai pochi Fiori da lui scoperti fino a quel momento, consapevole come quest'acqua preziosa contenga le informazioni necessarie per "curare" i suoi pazienti. La rugiada, chiamata anche acqua celestiale, è, secondo la tradizione alchemica, il veicolo privilegiato dallo Spirito Universale.

Sviluppando l'intuizione iniziale, dopo aver notato che le piante cresciute al sole contengono una maggior energia rispetto a quelle cresciute in zone ombrose, Bach mette a punto il **Metodo della Solarizzazione** ed inizia a preparare i suoi Rimedi secondo un processo in cui sono coinvolti i quattro elementi: *la terra* e *l'aria* per portare a maturazione la pianta e quindi il fiore, *il sole* per liberare le virtù guaritrici dell'involucro vegetale e *l'acqua* per trattenere le vibrazioni curative e trasmetterle al paziente.

In un recipiente di vetro riempito con acqua di fonte (a basso residuo fisso e priva di qualsiasi informazione) colloca i fiori scelti, precedentemente raccolti con delle pinze di legno. I fiori devono essere perfetti, maturi ma non ancora sfioriti e selezionati da piante sane e non esposte ad inquinamento. Quindi anche la scelta del luogo riveste la massima importanza. Il tutto viene collocato al sole per quattro, cinque ore, il tempo necessario affinché il "fuoco" solare permetta alle energie curative di "sganciarsi" dalla pianta ed essere memorizzate dall'acqua. Il processo è molto delicato: nemmeno una nuvola o un'ombra deve interporre tra il sole e l'acqua, pena il ricominciare tutto daccapo. Risulta evidente che anche le condizioni atmosferiche sono importantissime: la giornata in cui preparare i Rimedi deve essere tersa e luminosa (pensate a quanto sia difficile questo in Inghilterra!).

Ci rendiamo conto di come il procedimento sia semplice ma allo stesso tempo preciso e sofisticato: massima cura e massima attenzione sono necessarie per una buona riuscita dell'operazione.

Quando le corolle dei fiori cominciano ad appassire, l'acqua, ormai carica delle vibrazioni e quindi delle informazioni della pianta, viene filtrata e conservata con una pari quantità di Brandy. Questa è la Tintura Madre, dalla quale vengono poi preparate le boccette Stock, utilizzate per confezionare le boccette da somministrazione.

In un certo senso il metodo del sole è un modo per trattenere la luce in forma liquida.

Per gli ultimi diciannove Rimedi Bach, come detto precedentemente, mise appunto anche un secondo metodo, il cosiddetto **Metodo della Bollitura**.

Come per il metodo del sole, è importante individuare il sito giusto, assicurarsi che i fiori si siano schiusi da poco e che la fioritura sia nel suo picco massimo. Si dovrebbe preferire una giornata di sole, senza pretendere la perfezione. I fiori devono essere raccolti con circa quindici centimetri di ramo, insieme a germogli e foglie e, dove possibile, da piante diverse. Il tutto viene posto, insieme all'acqua di fonte, in una casseruola, preferibilmente smaltata di bianco, e collocata con il coperchio su un fornello portatile (la preparazione deve essere fatta in loco, affinché i fiori non abbiano il tempo di appassire). Tolto il coperchio, l'acqua viene portata ad ebollizione e lasciata nel fuoco per circa mezz'ora. La preparazione, coperta nuovamente, viene lasciata raffreddare; in seguito il liquido viene filtrato e vi si aggiunge una pari quantità di Brandy per la conservazione. A questo punto la Tintura Madre è pronta e deve essere collocata in una bottiglia di vetro scura e riposta in un luogo fresco ed asciutto.

Il metodo presenta uno spiccato aspetto di "fisicità", è privo di quella connotazione sottile che si ritrova nel metodo della solarizzazione, dove la luce eterea del sole entra nella ciotola, baciando i fiori come in una danza. Il fuoco della bollitura sembra disgregare la parte vegetale, più che estrarne l'energia vitale, come se uno schema mentale od emotivo debba venire distrutto per poter risorgere nuovo.

Non esiste una spiegazione esauriente per giustificare la scelta del medico di bollire i fiori: probabilmente le condizioni del tempo in febbraio e marzo (periodo in cui preparò i primi dei diciannove Rimedi) lasciavano a desiderare e la forza del "fuoco" solare non era sufficiente per permettere che il processo avvenisse. Ma non si capisce come mai Bach continuò ad usare questo metodo anche in piena estate, visto che non lasciò scritti sull'argomento.

Un'ipotesi interessante è quella di Julian Barnard, grande studioso e conoscitore della vita e dell'Opera di Edward Bach. Gli ultimi diciannove Rimedi rappresentano e curano stati mentali ed emozionali molto intensi, in cui la sofferenza è la chiave dell'apprendimento. Sono simbolo dell'*esperienza*, diversamente dai primi diciannove che rappresentano invece *l'innocenza*.

L'apprendimento avviene attraverso la sofferenza e le difficoltà; ci trasformiamo passando attraverso il fuoco.

La bollitura ha in comune con i secondi diciannove Rimedi il concetto della pressione, dell'intensità, e del dolore; emozioni che devono essere trasformate, portate verso l'alto. In egual maniera, il fuoco che proviene dalla terra (i combustibili fossili provengono dal suo interno) brucia sotto l'essenza e, nel suo viaggio di ritorno, porta con sé l'energia verso l'alto. Proprio come le esperienze dolorose incarnate dai secondi Rimedi, che devono essere sublimare, consentendo all'Anima di evolvere, di salire appunto.

Nel metodo della solarizzazione il sole proviene invece dall'alto; esattamente come le grandi lezioni dell'Anima incarnate dai Dodici Guaritori, che rappresentano stati emozionali di un individuo che non è ancora passato attraverso le esperienze dolorose della vita.

Il metodo della bollitura arricchisce quindi la tintura madre e non può essere considerato una mera alternativa al metodo del sole. Il processo è decisamente diverso. La cottura è paragonabile quindi alla sofferenza che l'animo umano sperimenta nel processo di trasformazione, che deve per forza passare attraverso le esperienze della vita.

Chi ha vissuto l'esperienza di preparare un Rimedio Floreale, racconta di come sia possibile "vedere" la luce che dai fiori man mano si trasferisce all'acqua, che, da spenta e passiva, diventa luminosa e carica di vivaci bollicine. Si tratta di un processo osservato più volte, per quanto questo possa sembrare strano.

Ma come può avvenire tutto ciò? A questo punto sembra necessario introdurre un concetto relativamente giovane: la **memoria dell'acqua**.

LA MEMORIA DELL'ACQUA

La capacità dell'acqua di memorizzare determinate informazioni per poi ritrasmetterle al paziente è un fenomeno che cominciò ad essere studiato per tentare di convalidare su basi scientifiche i principi della medicina omeopatica. Visto che il meccanismo d'azione dell'Omeopatia è simile a quello della Floriterapia, possiamo estendere il concetto ai Fiori di Bach.

Fu Jacques Benveniste, medico e ricercatore francese, che tentò per primo di spiegare questo controverso assunto. Nel 1984 eseguì una serie di esperimenti che miravano a dimostrare scientificamente come l'acqua abbia la capacità di possedere una *memoria*, pur in assenza di sostanze fisiche. Egli parla di "informazioni molecolari (messaggi biologici) trasmissibile e amplificabili come i suoni e la musica". Osservò negli esperimenti come una soluzione contenente una sostanza altamente diluita (al punto da contenere solo molecole idriche), avviasse comunque una reazione, come se le molecole iniziali della sostanza fossero ancora presenti nell'acqua. I suoi tentativi collegavano tra loro discipline apparentemente separate, come la Fisica, la Chimica e la Medicina.

La perplessità del mondo scientifico portò alla costituzione di una commissione di controllo, che finì per screditare le scoperte del medico francese. Anni dopo però, nuovi studi condotti da un gruppo di ricercatore con a capo Montagnier, indiscusso Premio Nobel per la medicina, sembrano convalidare la teoria di Benveniste. Ecco quanto afferma la pubblicazione: "Montagnier ha scoperto che alcune sequenze di DNA possono indurre segnali elettromagnetici di bassa frequenza in soluzioni acquose altamente diluite, le quali mantengono poi "memoria" delle caratteristiche del DNA stesso".

Inutile dire quanto tutto ciò possa aprire nuove interessanti strade alle ricerche mediche di frontiera.

Ma Benveniste e Montagnier non furono gli unici ad interessarsi del particolare assunto. Un altro eccentrico ricercatore Giapponese, Masaru Emoto, ha compiuto degli originali esperimenti sulla presunta "memoria dell'acqua".

Nel 1984 egli iniziò le sue ricerche approfondite sull'acqua, ispirato dall'incontro col bio-chimico Lorenzen, inventore di un'acqua energizzata aventi effetti terapeutici.

Dopo aver messo a punto una particolare tecnica di refrigerazione, cominciò ad esaminare e a fotografare diversi tipi di acqua, come l'acqua dell'acquedotto di diverse città del mondo, e quella proveniente da sorgenti, laghi, ghiacciai. Quindi ebbe l'idea di esporre l'acqua a delle vibrazioni, come quelle della musica, delle parole (pronunciate o anche solo scritte) e persino dei pensieri.

I risultati dei suoi esperimenti mostrarono come i cristalli d'acqua cambiano struttura a seconda dei messaggi che ricevono. L'acqua trattata con parole come "Grazie", "Pace", "Amore", forma dei cristalli geometricamente perfetti ed armonici; l'acqua trattata con parole come "Pazzia", "Odio", reagisce creando forme amorfe e prive di qualsiasi armonia geometrica.

Ogni cristallo d'acqua porta in sé un'informazione; più precisamente, la geometria del cristallo è l'informazione stessa che si cristallizza.

Sono stati riportati brevemente esperimenti di diversi studiosi che convaliderebbero la presunta capacità dell'acqua di "registrare" informazioni con cui viene a contatto, per poi ritrasmettere le stesse a chi assume il rimedio. Ecco come funzionerebbero Omeopatia e Floriterapia.



thank you



I will kill you

LA TEORIA DELLE SEGNATURE



A questo punto sorge spontanea una domanda: ma **quali** informazioni l'acqua è in grado di trasmettere a chi assume un Rimedio Floreale? Perché l'acqua che viene in contatto con determinati fiori (dopo aver subito il processo di Solarizzazione o di Bollitura) avrebbe la capacità di equilibrare determinati stati emotivi e/o mentali?

Per rispondere a questa domanda dobbiamo fare un tuffo nel passato e andare a rispolverare un'antica conoscenza conosciuta con il nome di **"Teoria delle Segnature"**.

Già fin dai tempi antichi erboristi e terapeuti pensavano che l'essenza di ogni essere vivente era individuata attraverso **Simboli**, il cui linguaggio, una volta interpretato, permetteva di formulare una diagnosi e utilizzare i rimedi più adeguati.

Fu il filosofo e scienziato svizzero *Philipp Theophrast von Hohenheim*, meglio conosciuto con il nome di **Paracelso**, che nel Rinascimento riscoprì ed ampliò questa affascinante teoria. Esperto conoscitore di vari ambiti del sapere umano, egli mise in

corrispondenza l'organismo umano e le energie dell'Universo, trovando continue corrispondenze tra la medicina e altre materie, come ad esempio l'Alchimia, l'Astrologia, la Filosofia e la Teologia. Paracelso era per Bach un grande maestro, una guida spirituale, come lui stesso diceva. Non stupisce se alla base del suo lavoro ci siano proprio quei concetti espressi dal grande filosofo svizzero.

“La dottrina delle Segnature ci insegna che è possibile trovare indicazioni relative alle proprietà medicinali delle piante prestando attenzione alle similitudini esistenti tra la forma di certe piante e la forma degli organi dell'uomo”.

Philipp Deroide

Ovviamente è indispensabile studiare anche l'habitat dove si sviluppa la pianta, le sue caratteristiche morfologiche, i modi ed i tempi con cui essa si sviluppa e si riproduce, il gesto stesso che esprime, come direbbe Julian Barnard. Solo così si può ottenere una serie di informazioni approfondite sulle potenzialità guaritrici della pianta.

Bach, come riporta la sua fedele segretaria Nora Weeks, passava ore ed ore seduto di fronte alle piante a studiarne le caratteristiche, analizzando non solo gli aspetti più puramente fisici, ma anche cercando di coglierne il “comportamento”, l'aspetto più simile all'animo umano. Egli era infatti non solo un medico affermato ed un grande mistico, ma anche uno scienziato ed un ricercatore instancabile.

Interessante sottolineare che le ricerche mediche contemporanee hanno evidenziato che le piante possiedono le stesse virtù curative individuate nell'antichità utilizzando la tecnica delle segnature, confermando quindi i valori simbolici del linguaggio della natura.

Seguendo questa dottrina possiamo formulare un'interessante corrispondenza: se l'uomo è l'evoluzione massima del regno animale, il fiore è l'evoluzione ultima del regno vegetale, quindi i petali del fiore saranno “simili” alla corteccia cerebrale dell'uomo.

La Teoria delle Segnature comprende in sé varie prospettive attraverso cui poter analizzare una pianta:

- **Forma e gesto:** le forme e i gesti che possiamo riconoscere nelle radici, nello stelo, nelle foglie ed ovviamente anche nel fiore, sono innumerevoli. Per esempio il modo in cui il pino (Pine) ascende verso l'alto in forma conica è riflessa non solo nell'albero intero, ma anche nel modo in cui ciascun gruppo di aghi si organizza e nella formazione delle pigne. Osservando la pianta da questa prospettiva possiamo catturarne la "segnatura".
- **Orientamento nello spazio:** il gesto verticale di *Impatiens* o di *Agrimony* contrasta chiaramente con quello orizzontale di *Heather* o di *Scleranthus*.
- **Relazioni geometriche:** importanti anche le forme geometriche, soprattutto dei fiori: *Star* o *Bethlehem*, per esempio, è una stella a sei punte, segnatura dell'armonia cosmica.
- **Famiglie botaniche:** il sistema di classificazione botanica delle piante può servire come metodo più preciso per lo studio della morfologia delle piante.
- **Orientamento nel tempo:** le piante non sono esseri statici; esse devono essere considerate all'interno di cicli temporali perché la loro natura si possa rivelare. In questa ottica, dovremo prendere in considerazione il momento di fioritura della pianta, quando il fiore si schiude nell'arco della giornata, se sono piante annuali o perenni, ecc.
- **Relazione con l'ambiente:** il luogo dove una pianta decide di vivere rivela molto delle sue qualità: le piante selvatiche (e tali sono le piante da cui si ricavano le Essenze Floreali) attecchiscono dove trovano condizioni che sostengono e rispondono alla propria natura essenziale.
- **Relazione con i quattro elementi:** terra, acqua, aria e fuoco sono molto importanti per la vita delle piante; spesso due elementi predominano in una pianta, mentre gli altri due saranno meno apparenti. Ad esempio *Water Violet* è legata molto all'acqua e all'aria, mentre *Olive* al sole (fuoco) e alla terra.
- **Relazione con gli altri regni della natura:** il regno delle piante coesiste insieme ad altri tre regni naturali: minerale, animale ed umano. Le qualità della specie di una pianta in relazione ad uno o più di questi tre regni è importante espressione del suo carattere intrinseco. Ad esempio *Oak* (la quercia) ha un rapporto particolare col regno animale, in quanto ospita e sostiene molte specie animali. *Olive* e *Vine* invece (l'olivo e la vite) hanno una relazione particolare con l'uomo: oltre ad essere portatrici di una forte simbologia sacra, sono utilizzate dall'essere umano per produrre beni da lui utilizzati.

- **Colore:** il linguaggio del colore ci dice moltissimo delle qualità animiche di una pianta. Ricordiamoci che il colore è vibrazione, ed ogni frequenza è latrice di una particolare informazione. Ad esempio i fiori che riequilibrano stati depressivi sono gialli, colore legato al sole, alla luce ed al potere di spazzare le tenebre; Il color malva di *Impatiens* o di *Vervain* richiama invece la delicatezza e la moderazione, qualità che le due tipologie di soggetto devono coltivare.
- **Altre forme percettive:** fragranza, struttura e gusto possono indurre determinate esperienze sensoriali, le quali sono importanti tramite per la conoscenza di una pianta. Ad esempio il sapore acre di *Impatiens* costringe gli animali a rimaner lontani dalla pianta, lasciandola così sola. Proprio come la tipologia psicologica rappresentata da *Impatiens*, che ama lavorare e passare molto tempo in solitudine.
- **Usi erboristici e medicinali:** dalle proprietà di guarigione fisica possiamo conoscere i più sottili effetti sull'Anima. In un certo senso le qualità delle Essenze Floreali si trovano su una ottava superiore rispetto alle proprietà guaritrici erboristiche e medicinali delle piante. I principi amari contenuti nella radice della genziana (*Gentian*) sono un ottimo rimedio per il fegato e per la disintossicazione in generale; in ugual modo l'Essenza Floreale sana l'amarezza tipica dell'animo dei soggetti che percepiscono il mondo e gli avvenimenti della vita attraverso le lenti del pessimismo.
- **Cultura popolare, miti, qualità rituali:** in epoche più remote della storia umana abbiamo goduto di relazioni più intime col mondo naturale. Residui di questa saggezza inconscia sopravvivono nella cultura popolare, nel mito, e negli insegnamenti rituali sulle piante. Il noce per esempio (*Walnut*) nella tradizione classica è correlato ai riti di passaggio e alle fasi di sviluppo della società umana. Non stupisce quindi che l'Essenza Floreale sia collegata alle difficoltà di adattamento nei momenti di cambiamento che avvengono nel corso della vita.

POSOLOGIA E MODALITA' D'ASSUNZIONE DEI RIMEDI FLOREALI

Le Essenze Floreali vengono assunte in maniera diversa a seconda del risultato terapeutico che si vuole ottenere e a seconda delle necessità specifiche della singola persona.

Approcciare la Floriterapia per curare un sintomo (ansia o insonnia per esempio) non è la stessa cosa che decidere di intraprendere un percorso di armonizzazione e di crescita personale attraverso l'utilizzo dei Fiori di Bach.

Nel primo caso la terapia può essere anche di breve durata, nel secondo ovviamente il tempo necessario sarà maggiore, tenendo comunque presente che dipenderà sempre dal singolo soggetto e dall'entità del disturbo. Inutile sottolineare che un approccio sintomatico non è completamente in linea con la filosofia che sta alla base della Floriterapia, visto che, come in Omeopatia, ciò che viene curato è sempre l'individuo nella sua unicità, e non il sintomo.

I Fiori di Bach possono essere presi singolarmente o associati in miscele. E' preferibile non mescolare essenze adatte al trattamento di disturbi troppo diversi tra loro; si dovrebbe agire sempre su un solo problema alla volta, o su un insieme di disturbi affini, che presentano correlazioni gli uni con gli altri e appaiono strettamente interconnessi tra loro. Il numero di Fiori da miscelare non dovrebbe essere superiore a 5/6 (non si tratta di una regola assoluta!), tenendo presente che meno rimedi si utilizzano, più mirata ed efficace è la terapia.

Al momento di assumere il rimedio la bocca deve essere pulita: è quindi preferibile astenersi da cibo, caffè, sigarette, dentifricio per almeno 15 minuti prima e dopo l'assunzione.

Generalmente si segue una regola comune anche all'Omeopatia:

- Nei *casi acuti* 4/5 gocce somministrate anche ogni 10 minuti fino a miglioramento dei sintomi (aumentare e ridurre la frequenza a seconda delle esigenze individuali)

- Nei *casi cronici* 4/5 gocce di norma 3 volte al giorno

L'efficacia della terapia aumenta, quindi, con un'elevata frequenza di assunzione, non aumentando il numero di gocce del rimedio.

Per motivi pratici, a volte può risultare più semplice collocare una decina di gocce del rimedio in una bottiglia d'acqua e sorseggiarla durante l'arco della giornata. Questo metodo è particolarmente adatto per chi è fuori casa tutto il giorno, o per i bambini che possono così evitare di portare con loro il flaconcino di somministrazione non correndo il rischio di dimenticarsi di assumere il Rimedio o di perderlo.

Per quanto riguarda la conservazione dei Rimedi floreali è buona norma non esporli a fonti di calore elevato. Molto viene detto a proposito dei campi elettromagnetici: si consiglia di tenere i Rimedi lontani da computer, telefonini, ecc, ma vivendo sommersi da linee wifi viene spontaneo chiedersi come ciò sia possibile. E' buona cosa non dare troppo peso ai dettagli, ma concentrarsi sul percepire la potenza insita in questo metodo terapeutico.

I Fiori di Bach non presentano alcuna controindicazione: possono quindi essere assunti da tutti (donne in gravidanza e neonati inclusi) e contemporaneamente a qualsiasi tipo di terapia, sia chimica che naturale.

Un'unica precisazione sembra essere utile: a volte, ma non spesso, in alcuni soggetti si può presentare il cosiddetto "aggravamento terapeutico", proprio come in Omeopatia: sta alla persona sentire e decidere se continuare la terapia (cosa auspicabile, visto che è un segnale che è stato toccato il punto giusto!) o se sospendere momentaneamente; in ogni caso il malessere non dura in genere più di tre/quattro giorni.

La Floriterapia è un tipo di cura particolare, in cui non ci sono regole fisse; rinchiudere questo metodo terapeutico in una gabbia fatta di norme ne limita sicuramente le potenzialità. Un approccio creativo ed in sintonia con il sentire personale può dare sicuramente i migliori risultati.

Buon Lavoro!

SECONDA PARTE

ALCUNI STRUMENTI PRATICI PER L'UTILIZZO DELLE ESSENZE



I 7 GRUPPI

Ai fini pratici, può essere utile analizzare i Fiori di Bach seguendo la suddivisione nei 7 Gruppi che lo stesso medico Inglese fece prima di morire.

Utilizzare questo metodo permette di individuare velocemente (a grandi linee) la sfera di azione dell'Essenza, facilitando la scelta dei rimedi adatti.



PAURA



- **ROCK ROSE:** panico, terrore che paralizza
- **MIMULUS:** timidezza, paura di cose note, tensione interiore
- **CHERRY PLUM:** paura di perdere il controllo e di impazzire, scoppi d'ira improvvisi, continua tensione interna
- **ASPEN:** paure vaghe ed indefinite, vulnerabilità psichica all'ambiente
- **RED CHESTNUT:** preoccupazione eccessiva per i propri cari, ansia, atteggiamento iperprotettivo

INCERTEZZA



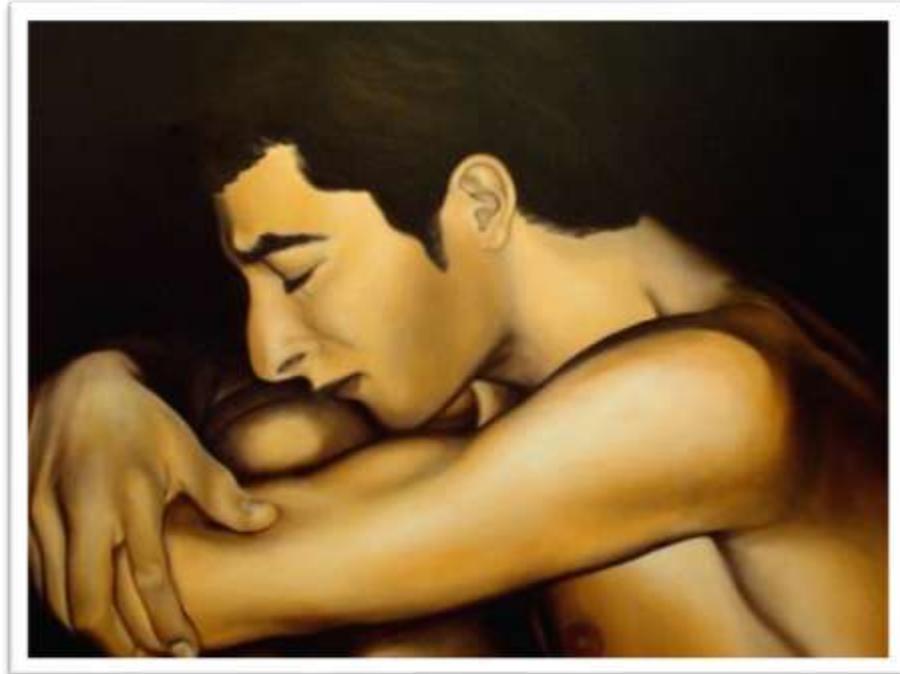
- **CERATO:** mancanza di fiducia nella propria voce interiore
- **SCLERANTHUS:** instabilità, difficoltà di scelta tra due alternative, mancanza di centro interiore
- **GENTIAN:** pessimismo, scoraggiamento, scetticismo
- **GORSE:** disperazione, rinuncia
- **HORNBEAM:** incapacità di affrontare i propri compiti, monotonia interna, senso di noia, spossatezza psicofisica
- **WILD OAT:** mancanza di obiettivi, insoddisfazione, confusione riguardo alla strada da seguire

INSUFFICIENTE INTERESSE PER LE CIRCOSTANZE PRESENTI



- **CLEMATIS:** scarso collegamento tra mondo fisico e spirituale, sognare ad occhi aperti
- **HONEYSUCKLE:** incapacità di lasciar andare il passato
- **WILD ROSE:** apatia, passività, rassegnazione
- **OLIVE:** sfinimento, mancanza di risorse
- **WHITE CHESTNUT:** pensieri ripetitivi ed ossessivi, continuo rimuginare
- **MUSTARD:** tristezza da causa ignota
- **CHESTNUT BUD:** tendenza a ripetere sempre gli stessi errori, difficoltà di apprendimento, distrazione

SOLITUDINE



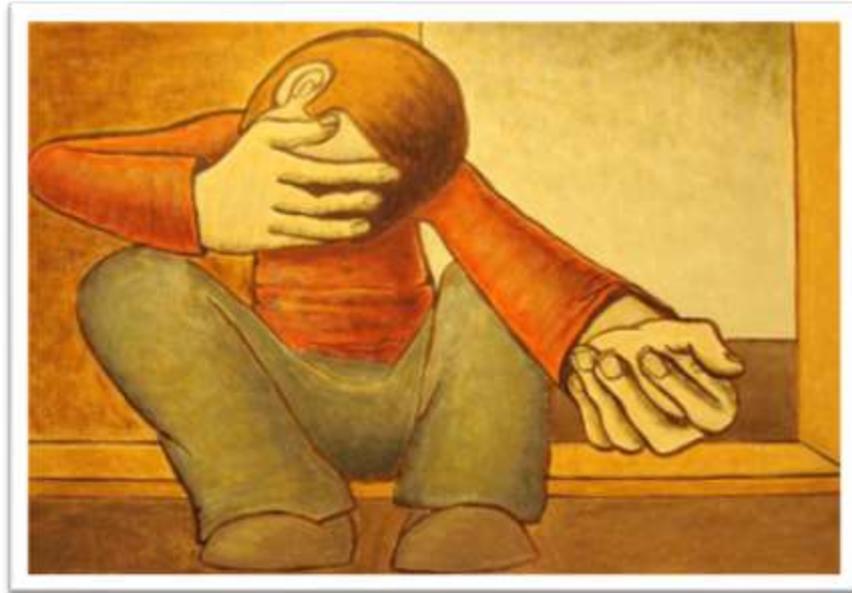
- **WATER VIOLET:** isolamento, chiusura, orgoglio, distacco
- **IMPATIENS:** irritabilità, impazienza, ritmo interno troppo elevato, tensione interiore
- **HEATHER:** egocentrismo, loquacità, fame di attenzioni (non ama rimanere solo)

IPERSENSIBILITA' ALLE INFLUENZE E ALLE IDEE



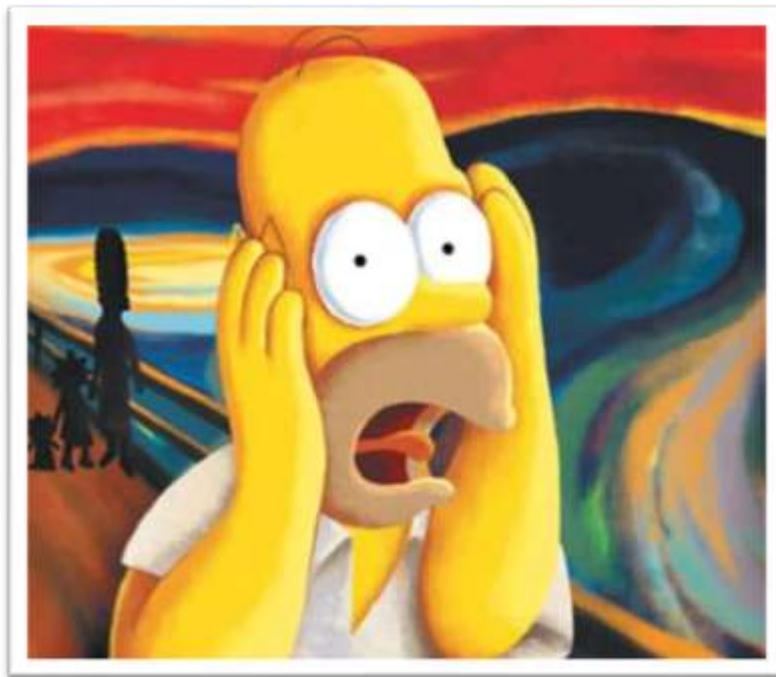
- **AGRIMONY:** tormento nascosto dietro una facciata allegra
- **CENTAURY:** incapacità di dire di no, sottomissione, debolezza nell'autoaffermazione
- **WALNUT:** difficoltà di adattamento, influenzabilità
- **HOLLY:** chiusura del cuore, rabbia, gelosia, invidia, sospetto

SCORAGGIAMENTO E DISPERAZIONE



- **LARCH:** senso di inferiorità, mancanza di fiducia in se stessi
- **PINE:** autoaccusa, convinzione di non meritare nulla
- **ELM:** temporanea incapacità di affrontare compiti e responsabilità, sensazione di sovraccarico
- **SWEET CHESTNUT:** angoscia profonda, disperazione
- **STAR OF BETHLEHEM:** stato di shock, paralisi dell'anima
- **WILLOW:** rancore, vittimismo, amarezza, autocommiserazione
- **OAK:** ostinazione, accanimento al dovere
- **CRAB APPLE:** senso di sporcizia interiore, perfezionismo ossessivo, scarsa immagine di sé

PREOCCUPAZIONE ECCESSIVA PER IL BENESSERE ALTRUI



- **CHICORY:** possessività, ricatto affettivo, desiderio di controllo
- **VERVAIN:** fanatismo, eccessivo entusiasmo, rigidità mentale
- **VINE:** autoritarismo, tendenza alla dominazione
- **BEECH:** intolleranza, atteggiamento eccessivamente critico
- **ROCK WATER:** rigidità, inflessibilità verso se stessi, negazione dei bisogni fisici, perfezionismo eccessivo

PICCOLO REPERTORIO DI FLORITERAPIA

Un altro metodo utile ai fini della scelta dei Rimedi adatti è la consultazione di un repertorio in cui vengano riportati i sintomi più frequenti.

Partendo infatti dal disturbo, si può fare un'analisi differenziale dei Rimedi Floreali, cosa che risulta molto utile se la consultazione dev'essere rapida e mirata.

Non è superfluo ricordare che la Floriterapia (come l'Omeopatia) non è una terapia sintomatica, non parte analizzando il sintomo, ma si prefigge di curare il paziente/cliente nella sua totalità e complessità; è proprio quest'ultimo infatti il punto di partenza della diagnosi. Tuttavia, per ovvie ragioni pratiche, il repertorio può essere di grande aiuto a chi si avvicina alla Floriterapia e necessita di uno strumento semplice ed efficace per poter iniziare a lavorare.



ANSIA



- **AGRIMONY:** ansia dovuta alla repressione di emozioni
- **MIMULUS:** ansia da paura di cose conosciute
- **RED CHESTNUT:** ansia per il benessere dei propri cari
- **IMPATIENS:** ansia da impazienza e da fretta
- **SWEET CHESTNUT:** ansia, angoscia come situazione limite
- **ASPEN:** ansia da paura di cose sconosciute, misteriose
- **ROCK ROSE:** ansia intensa, terrore, panico
- **WHITE CHESTNUT:** ansia mentale, pensieri incontrollati
- **VERVAIN:** ansia da eccesso di entusiasmo
- **LARCH:** ansia da prestazione

CONCENTRAZIONE



- **CHESTNUT BUD:** distrazione, scarso interesse per il presente
- **CLEMATIS:** tendenza a vivere nel proprio mondo, assenza
- **SCLERANTHUS:** mente "a cavalletta", mancanza di chiarezza
- **WHITE CHESTNUT:** mente sovraccarica di pensieri indesiderati
- **CHERRY PLUM:** problema di controllo mentale
- **HORNBEAM:** stanchezza mentale, noia, routine

DEPRESSIONE



- **GENTIAN:** tendenza al pessimismo
- **MUSTARD:** depressione improvvisa da causa non nota
- **SWEET CHESTNUT:** buia notte dell'anima, esperienza limite
- **GORSE:** depressione che si instaura dopo una malattia o una difficoltà che durano da tempo, gettare la spugna
- **WILLOW:** depressione dovuta a vittimismo, amarezza
- **OLIVE:** depressione da esaurimento totale psicofisico
- **STAR OF BETHLEHEM:** depressione dopo uno shock forte
- **ELM:** depressione da sovraccarico
- **WILD ROSE:** rassegnazione, resa totale

EGOCENTRISMO



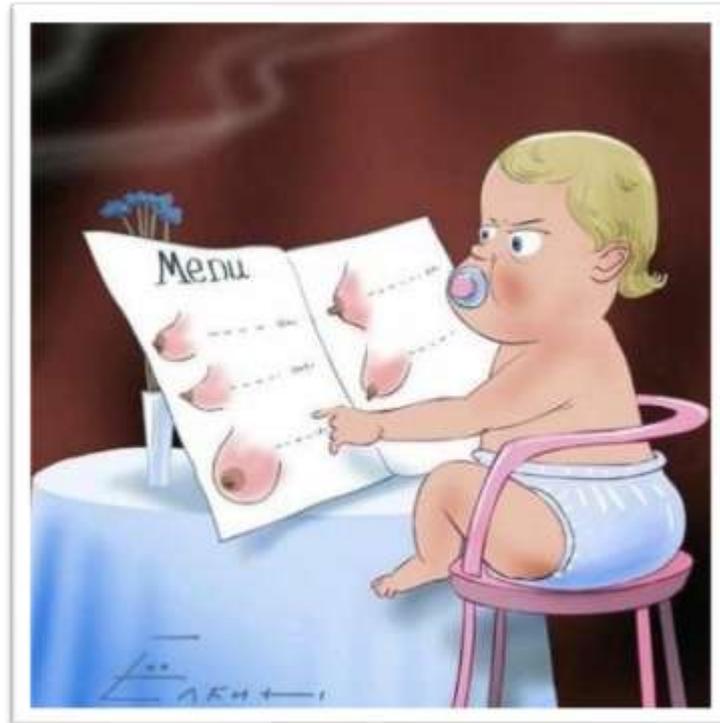
- **HEATHER:** massima espressione di egocentrismo, dovuto ad una forte carenza affettiva
- **CHICORY:** bisogno continuo di ricevere affetto ed attenzioni
- **WATER VIOLET:** egocentrismo più "amabile". Concentrato a difendere gelosamente il suo territorio. Isolamento
- **ROCK WATER:** ha dei ferrei programmi pragmatici di perfezione. Egocentrismo mentale
- **VINE:** molto egoista, tende ad assoggettare gli altri
- **VERVAIN:** egocentrismo riguardo le sue idee

INSICUREZZA



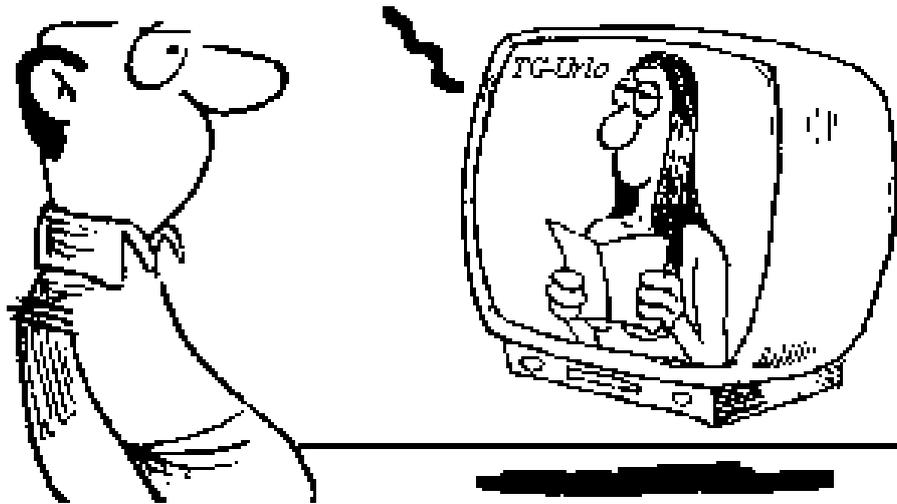
- **LARCH:** insicurezza riguardo le proprie capacità, mancanza di autostima
- **CERATO:** insicurezza riguardo la propria capacità di discernimento, indecisione
- **SCLERANTHUS:** instabilità, difficoltà di scelta tra due alternative
- **MIMULUS:** insicurezza dovuta ad eccessiva timidezza
- **CENTAURY:** insicurezza da debolezza nell'autoaffermazione
- **CHICORY:** insicurezza in ambito affettivo
- **PINE:** si sente di non valere e meritare nulla

INDECISIONE



- **CERATO:** indeciso su tutto, chiede sempre consiglio agli altri, ma alla fine non ascolta nessuno
- **SCLERANTHUS:** indeciso tra due scelte, mancanza di coordinazione interiore
- **WILD OAT:** indeciso sulla strada da seguire, sulla vocazione

INFLUENZABILITA'



- **AGRIMONY:** influenzato dall'aspetto emotivo dell'ambiente
- **CERATO:** influenzabile dall'opinioni altrui
- **CENTAURY:** influenzabilità dovuta ad una scarsa autoaffermazione
- **LARCH:** influenzabilità data dalla mancanza di autostima
- **MIMULUS:** timidezza eccessiva, carenza di potere personale
- **WALNUT:** eccessivamente sensibile all'ambiente circostante

IRRITABILITA'



- **BEECH:** intolleranza, atteggiamento critico
- **HOLLY:** rabbia, invidia, gelosia
- **IMPATIENS:** irritabilità dovuta ad eccessiva fretta
- **VERVAIN:** irritabile se contraddetto
- **VINE:** si irrita se non si eseguono i suoi ordini
- **CHICORY:** irritazione dovuta a bisogni affettivi non corrisposti
- **WILLOW:** irritato con la vita, vittimismo

INSONNIA



AGRIMONY: frequenti risvegli notturni a causa di materiale emotivo non elaborato e rimosso

WHITE CHESTNUT: pensieri ricorrenti che non permettono il rilassamento

ASPEN: paura del buio, dei fantasmi, ecc. Incubi notturni

RED CHESTNUT: preoccupazione eccessiva per i propri cari

OAK: eccessivo senso del dovere che non permette il riposo adeguato

ODIO E RISENTIMENTO



- **HOLLY:** rabbia, gelosia, invidia si manifestano in modo diretto e brusco
- **WILLOW:** i sentimenti negativi si manifestano in maniera più fredda, sottoforma di risentimento e rancore
- **CHICORY:** fa fatica a dimenticare e a perdonare le persone che violano il suo complicato codice affettivo
- **CHERRY PLUM:** aggressività come perdita di controllo che si manifesta in scoppi d'ira improvvisi

PAURA



- **MIMULUS:** paura di cose note, della vita da affrontare
- **ASPEN:** paura dell'invisibile, di cose ignote
- **ROCK ROSE:** terrore che paralizza, attacco di panico
- **RED CHESTNUT:** paura per il benessere dei propri cari
- **CHERRY PLUM:** paura di perdere il controllo di gesti e parole
- **LARCH:** paura di non farcela
- **CHICORY:** paura di perdere l'affetto dei propri cari
- **HEATHER:** paura della solitudine, ipocondria
- **CRAB APPLE:** paura della contaminazione

PERFEZIONISMO



- **ELM:** perfezionista in ambito professionale
- **CRAB APPLE:** perfezionismo ossessivo che si riflette in tematiche relative alla pulizia, la dieta, l'immagine corporea, ecc.
- **PINE:** sente di dover essere perfetto, ma ad un livello impossibile da raggiungere
- **ROCK WATER:** cerca di raggiungere la perfezione attraverso una ferrea disciplina
- **BEECH:** pretende la perfezione dagli altri

SOLITUDINE



- **AGRIMONY:** fugge dalla solitudine per non affrontare le sue ombre
- **CHICORY:** fugge dalla solitudine a causa del suo vuoto affettivo
- **HEATHER:** ricerca continuamente la compagnia, non riesce a stare in solitudine, legando gli altri a sé con le parole
- **WATER VIOLET:** ama la solitudine, si sente autosufficiente
- **IMPATIENS:** preferisce la solitudine a causa del suo ritmo interno molto elevato
- **MIMULUS:** spesso è solo a causa dell'eccessiva timidezza
- **ROCK WATER:** la sua rigidità lo porta ad evitare le interferenze
- **BEECH:** si autoesclude o viene escluso a causa della sua intolleranza

STANCHEZZA



- **OLIVE:** debilitazione totale, fisica e mentale
- **HORNBEAM:** stanchezza mentale, apatia, noia
- **OAK:** stanchezza dovuta ad eccessivo sforzo, ostinazione
- **ELM:** stanchezza che nasce da eccessiva mole di lavoro e di responsabilità
- **CENTAURY:** stanchezza dovuta a eccesso di zelo verso gli altri
- **VERVAIN:** stanchezza come conseguenza dell'entusiasmo eccessivo e della difficoltà a rilassarsi
- **WILD ROSE:** stanchezza dovuta a tremenda apatia
- **WHITE CHESTNUT:** stanchezza mentale per pensieri ricorrenti

