

# I fiori di Bach



# FIORI DI BACH

## ENERGIA ( Chi) - AURA - CHAKRAS MERIDIANI e PUNTI AGOPUNTURA ( MTC) - YIN e YANG I 5 ELEMENTI ( MTC) - SINTOMI"

per capire come agiscono i fiori, e come agiscono tutte le terapie energetiche e vibrazionali, bisogna prima di tutto sapere cosa sono, il Chi ( il Ki, o, Qi, o Chi, ovvero l'energia universale), l'Aura e i Chakras, i 5 Elementi, i Meridiani e alcuni fondamenti di Medicina Tradizionale Cinese

## ENERGIA "Ki"

### Tutto è Energia

energia e materia sono aspetti della stessa realtà  
( Einstein: Energia = massa per il quadrato della velocità della Luce)

### ENERGIA e MTC

I cinesi già 5 mila anni fa conoscevano il concetto di energia

TAO- KI - WUJI - TAIJI - YIN E YANG - CINQUE ELEMENTI

(la trattazione sarà molto sintetica)

L'energia che permea l'Universo in ogni sua parte si chiama QI o Ki o Chi. In MTC, l'ENERGIA è alla base della esistenza dell'Universo, è la forza Creatrice ed espressione della creazione stessa.

Tutto l'Universo è in continua trasformazione, MUTAMENTO, stagioni, giorno-notte, freddo - caldo, tutto è in movimento dagli atomi alle galassie.

L'universo nasce dal TAO o Dao ( Via), che è senza forma, e secondo le teorie cinesi è il progenitore di tutte le cose, si rappresenta con un cerchio vuoto, chiamato "Non Polo" ( WUJI). Il Qi ( l'ENERGIA) prende forma dal Tao, dal Qi si origina il TAIJ ( cerchio che contiene lo Yin e lo Yang, entrambi contengono una piccola parte dell'altro polo, è la differenziazione presente in potenza, è una unità che contiene in se il germe della divisione e quindi della nascita, è la grande TRAVE che sostiene il divenire dell'Universo fenomenico). E' l'unità che contiene la differenziazione, il simbolo del TAIJI dà l'idea di una marea che sale e retrocede, di fusione di bianco e di nero, di unione nella contrapposizione, nel movimento nella zona nera si ha un punto bianco, e nella zona bianca un punto nero, in ognuna delle due parti c'è il germe dell'altra. L'iscrizione delle due metà in un cerchio, comunica l'idea dell'intima fusione dei due aspetti che insieme indicano la totalità della vita.

Quando il QI prende forma il Taiji genera i 10 mila esseri, in queste forme definite e distinte si ha la perdita dell'unità e nasce la contrapposizione POLARE di Yin e Yang e appaiono l'uomo e la donna, la luce e l'oscurità, il giorno e la notte, l'alto e il basso e così via. Questa differenziazione genera sia la

contrapposizione che la complementarità, si ha contrapposizione e attrazione per il desiderio di ricomporre l'unità perduta con l'acquisizione della forma.

Lo Yin e lo Yang sono la grande intelaiatura di ogni cosa, la legge del Cielo e della Terra, la radice di ogni mutamento, il principio della vita e della morte. La VITA si manifesta nella DUALITA', dal primo respiro nel ventre materno, fino all'ultimo respiro della MORTE per tornare alla madre Terra.

La nostra realtà è POLARE (fatta di YIN e di YANG), DI POSITIVO E NEGATIVO (ioni positivi e ioni negativi) ogni parte contiene il germe dell'altra si trasforma e si compenetra nell'altra, passando dalla fase di massimo Yin a massimo Yang e viceversa. L'uomo sperimenta fin dalla nascita gioia e dolore, attività e riposo in una dualità senza fine

L'Armonia si ha nell'equilibrio dei due poli Yin e Yang.

Lo Yin rappresenta il lato oscuro della vita, il lato ombra, l'inconscio, la parte Lunare, la parte destra, intuitiva, creativa, la madre, mentre lo Yang rappresenta il lato luminoso della vita, il lato manifesto, la coscienza, il Sole, la parte sinistra, la ragione, la mente razionale, il padre.

Yin come ombra, Yang come luce, nei fenomeni della vita cogliamo ogni volta un solo aspetto, ma la Luce e l'ombra danzano insieme e nella realtà sono inseparabili  
(PRINCIPIO DELLA RELATIVITA' enunciato da Einstein e già noto ai Cinesi)

Quindi, secondo la medicina cinese, l'universo è considerato un campo di energia, risultato della perfetta interazione dei due principi cosmici fondamentali Yin e Yang. Inserito in questo macrocosmo, anche l'uomo è alimentato dallo stesso flusso di energia vitale, il Qi, che scorre all'interno del corpo umano lungo la rete dei meridiani, gli invisibili canali che costituiscono il sistema di collegamento fra gli organi e le funzioni vitali.

La salute o il benessere fisico sono la naturale conseguenza dell'armonica circolazione del Qi, mentre i suoi squilibri favoriscono l'insorgere delle malattie.

I suoi fondamenti sono le antiche concezioni cinesi dello Yin e dello Yang e dei 5 movimenti, questo pensiero pone grande attenzione alle interrelazioni tra l'uomo e l'ambiente in cui vive. Esiste una unità tra gli opposti e l'armonia tra corpo e spirito si muove secondo processi dinamici. Le teorie cinesi pongono grande rilievo alle relazioni tra ESTERNO ed INTERNO, sorvolando sugli aspetti strutturali e morfologici dell'organismo. Si indagano non solo i fattori infettivi, i traumi, l'alimentazione, ma anche le influenze esercitate dal clima e quelle dello stato psichico e mentale del paziente. Quello che importa è la costituzione e la unicità del paziente, possono coesistere sintomi differenti nella stessa malattia o sintomi uguali in malattie diverse. La terapia tende essenzialmente a correggere lo squilibrio Yin e Yang, e consiste a RAFFORZARE la resistenza organica con conseguente eliminazione dei fattori patogeni.

La medicina Cinese è nata da una civiltà vecchia di millenni, ma si può oggi inquadrare nell'ottica della fisica moderna.

È una medicina ENERGETICA, che non si pone in alternativa alla medicina occidentale, ma insieme a quest'ultima forma un tutt'uno, una medicina più completa e più vicina alle esigenze di salute dell'uomo moderno, le basi del pensiero cinese sono in sintonia con la BIOFISICA e la BIORITMOLOGIA, già 5000 anni prima di Einstein la medicina cinese sapeva che la MATERIA È ENERGIA.

L'anatomia e la fisiologia cinesi descrivono le funzioni e le relazioni degli organi come tutti fenomeni vitali del CAMPO DI ENERGIA. La coesione e la vita del corpo sono assicurate da una rete energetica i MERIDIANI, paragonabile ad una rete elettromagnetica. Tutte le malattie hanno una stessa origine, sono dovute ad una mancanza di equilibrio nel FLUSSO DI ENERGIA DEL CORPO.

L'attuale medicina caratterizza l'uomo sul modello fisico di Newton, meccanicistico e materiale, come una sorta di computer biologico controllato dal cervello e dal sistema nervoso periferico. La rivoluzione di Einstein nella fisica, ha rivoluzionato questo modello, indicando nella materia una nuova visione: quella energetica, e quindi si va via via affermando anche in campo medico la convinzione che l'essere umano sia come una RETE DI CAMPI ENERGETICI, che interagiscono con i sistemi fisico- cellulari, da qui la nascita delle Terapie vibrazionali. Questo tipo di teoria non è la occidentalizzazione della visione mistico-spirituale orientale, ma trae le sue basi sul Modello di Einstein, secondo il quale tutta la realtà è energia. Con l'equazione  $E = Mc^2$  ( Energia = massa per velocità della luce al quadrato) , Einstein ha dimostrato che energia e materia sono due aspetti della stessa sostanza universale, o vibrazione, una energia primaria di cui sono composti anche gli esseri umani. La materia così come la vediamo e la tocchiamo e la sentiamo è una sorta di energia "congelata".

La materia non è così "solida" come la vediamo, ma composta di particelle sub-atomiche separate da grandi spazi, il 99% di un atomo è un puro VUOTO. E il 90% degli atomi di cui siamo attualmente composti non era lì un anno fa.

Esiste una MEMORIA ENERGETICA, una INTELLIGENZA GALLEGGIANTE, che è più permanente della materia, un campo invisibile che mantiene unita tutta la realtà e che possiede la proprietà di sapere che cosa sta accadendo in qualunque parte in un determinato momento ( teoria del fisico David Bohm)

"Un corpo fluisce come un fiume e riflette tutti i movimenti della mente " ( Deepak Chopra) La medicina vibrazionale si basa sul concetto che la struttura molecolare del corpo fisico è in realtà una rete di campi energetici interconnessi, organizzata e alimentata da strutture gerarchiche di energia sottile, o campi di energia complessa che coordinano la funzione elettrofisiologica, quella ormonale e quella cellulare all'interno del corpo fisico.

Questo sistema energetico è influenzato da fattori nutrizionali, ambientali ma anche dalle nostre emozioni, dai livelli di coscienza, dall'equilibrio psicoaffettivo e spirituale.

Il MODELLO VIBRAZIONALE è in grado di spiegare eventi come l'effetto placebo, l'autoguarigione, il potere risanante della preghiera o della meditazione.

Salute e malattia originano dall'equilibrio dei campi energetici, le terapie vibrazionali tendono a ribilanciare energie non più in equilibrio a causa di un disagio sia esso fisico che psichico, che spirituale, la salute consiste nella riprogrammazione dei campi energetici deviati, responsabili della manifestazione della disfunzione a livello cellulare.

Il sistema vibrazionale è legato al sistema fisico, e alle manifestazioni cellulari del corpo, altrimenti non possiamo spiegare come alcune persone si mantengono sane ed altre invece sono sempre in uno stato di malessere. Noi facciamo parte di un sistema MENTE-CORPO-SPIRITO, interconnesso con le leggi della NATURA, siamo MICROCOSMO nel MACROCOSMO.

I fiori di Bach agiscono come RISONANZA VIBRAZIONALE, che accorda e fa vibrare correttamente il "tasto" funzionale "scordato"

La MALATTIA è una REAZIONE ad una INTERFERENZA che OSTACOLA lo SCOPO della nostra VITA. Una interferenza che ci fa dubitare di noi stessi, ci fa perdere il senso della nostra vita, che ingenera rabbia, paure, timori, indifferenza.

Siamo tutti condizionati fin dall'infanzia, privati della nostra vera LIBERTA' DI ESSERE, e questa condizione ci allontana dal nostro vero progetto originario, fino a farci dimenticare quale fosse.

Da qui, nascono quelle sensazioni di infelicità che non riusciamo a spiegare, che ricacciamo indietro che cerchiamo di giustificare a livello razionale, soffocando le nostre più profonde pulsioni.

# AURA

l'Aura è il nostro campo energetico ed il presupposto del corpo fisico

Il nostro corpo è circondato da energie sottili, questo involucro si chiama AURA, è noto anche come CAMPO ELETTROMAGNETICO, ha la forma di un UOVO ROVESCIATO, la parte più larga è alla testa, la parte più stretta ai piedi.

L'Aura è formata da 7 strati ( che i veggenti riescono a vedere, o si possono fotografare con la camera fotografica Kirlian). Nel secondo piano dell'Aura, quello Eterico, sono situati i Chakras ( sanscrito = vortici di energia) i 7 più importanti sono in corrispondenza con le ghiandole vitali del nostro corpo.

Gli altri chakras corrispondono ai meridiani ed ai punti dell'Agopuntura ( medicina tradizionale cinese, MTC)

i COLORI dell'AURA variano a seconda del proprio stato psico-fisico

L'Aura, costituita da 7 strati o corpi che si compenetrano ed interagiscono tra di loro, ha 3 piani:

## PIANI DELL'AURA

### Piano spirituale:

intuito coscienza universale archetipi di Jung

corpi:

spirituale . causale (karma) - mentale ( intuito)

### Piano astrale:

cuore ( amore)

collega il piano spirituale a quello fisico

### Piano fisico:

sensazioni fisiche, "sento" fisicamente

sono connessi all'attività psichica, mentale, emotiva a livello della Terra

mentale inferiore ( forme pensiero) - eterico - fisico ( istinto)

Partendo dall'ultimo strato esterno al corpo abbiamo

i 7 strati dell'Aura:

**7 CORPO SPIRITUALE, COSCIENZA UNIVERSALE**, archetipi di Jung, ( piano spirituale) rappresenta l'**IO DIVINO** o vero, non conosce né inizio né fine è la coscienza di Dio o Universale "So di essere tutt'uno con l'energia universale e so di essere una entità individuale" ("Io sono, io so")

**6 CORPO CAUSALE**, memoria delle vite precedenti, KARMA ( piano spirituale) contiene la memoria di tutte le nostre **VITE PRECEDENTI**, e il motivo della nostra attuale reincarnazione, quando ci incarniamo scegliamo il cammino da percorrere e le sfide che abbiamo deciso di affrontare, ma nella nascita dimentichiamo tutto. (" Amo a livello universale " )

**5 CORPO MENTALE SUPERIORE, INTUITO**, voce interiore, Se ( piano spirituale)  
dove la facoltà principale è l'**INTUITO**, la nostra voce interiore, che ci aiuta a scegliere sempre il cammino giusto  
( "io voglio" )

**4 CORPO MENTALE INFERIORE, ASTRALE**, forme pensiero, energie di trasformazione (piano astrale) fa da ponte tra il piano spirituale e il piano fisico, corrispondenza con il cuore dove ci sono le **FORME PENSIERO** in continuo movimento e mutazione, ogni pensiero crea una forma o una sagoma, è importante trasformarci verso pensieri positivi  
"io penso", "io amo"  
Rapporto "io-tu", amo a livello umano, ( viaggi astrali), emozioni che comprendono tutta l'umanità  
Qui agiscono i suoni, le pietre, i colori, il pensiero positivo

**3 CORPO EMOTIVO**, corpo emotivo ( piano fisico)  
dove ci sono le **EMOZIONI**, nelle persone molto emotive questo strato è in continua fluttuazione e crea quindi squilibrio, è bene imparare a dominare le proprie emozioni  
Qui si hanno le emozioni primarie di base , paure, rabbia, amore riferite all'"io"  
"io sento"  
Qui agiscono la floriterapia e le terapie energetiche e vibrazionale, l'aromaterapia (oli essenziali)

**2 CORPO ETERICO**, contiene i **CHAKRAS**, (piano fisico) si ha lo schema del corpo fisico, da qui , dal suo squilibrio, si originano le malattie  
in questo strato si trova lo **schema del CORPO FISICO**, che si disintegra con la morte, le malattie cominciano in questo corpo eterico, e sono visibili dai veggenti, come accumulo di energia nel posto sbagliato, se questa condizione non viene equilibrata si manifesterà come disturbo nel corpo fisico, questo corpo contiene i **CHAKRAS** che sono canali di energia , ruote di energia in movimento che assorbono il PRANA dall'atmosfera e attraverso le **NADI** lo distribuiscono nel sistema nervoso, nelle ghiandole endocrine e nel sistema circolatorio.  
In questo piano si hanno sensazioni fisiche, si prova dolore o piacere fisico, il freddo, la fame e si manifestano i **SINTOMI**, che ci avvertono che c'è bisogno di riequilibrare e di far scorrere l'energia in modo armonioso  
Un corpo eterico in armonia, mantiene sano e in salute il corpo fisico.  
( da qui l'intuizione di Edward Bach)  
Qui agiscono l'Agopuntura, la floriterapia, l'aromaterapia, le terapie energetiche

**1 CORPO FISICO**, (piano fisico) istinto  
"io esisto"  
qui agiscono le erbe, i fitofarmaci, i farmaci allopatici, gli alimenti, le bevande, e gli Oligoelementi

Noi siamo un insieme armonico di  
**MENTE - CORPO - SPIRITO**

Siamo in una condizione di **BENESSERE**, se la percezione della realtà è coerente con la Legge Cosmica, quando i sentimenti sono armoniosi, fluiscono liberamente e senza blocchi. Questo flusso energetico dell'Aura dal piano ETERICO, viene trasmesso ai **CHAKRAS** e al **CORPO FISICO**, quando si è in uno stato di **BENESSERE** le sensazioni saranno fisicamente piacevoli, nel corpo si avrà un sano metabolismo e secondo la MTC si è in presenza di equilibrio di Yin e Yang.

La **MALATTIA** è data, invece, dalla mancanza di impulso creativo e spirituale, è una distorsione energetica contro la legge universale, è un blocco energetico. La Malattia si instaura quando l'energia è bloccata, quando si vive secondo immagini e convinzioni negative, quando ci si sente come "fuori della

realtà", quando reagiamo secondo schemi che non corrispondono all'universo per quello che è. Questi schemi negativi, questi blocchi energetici, ci procurano dolore, e a lungo andare, si instaurano come SINTOMO fisico, nel corpo, questo sintomo, che è come una sorta di "messaggio in codice" che ci avverte che qualcosa stiamo sbagliando. Se riusciamo a riarmonizzare l'energia, ci sblocciamo, ci liberiamo dalle energie negative, se seguiamo il nostro "Se", quando realizziamo il compito per il quale siamo nati, l'energia torna a fluire liberamente e saremo di nuovo sani e felici, nel Corpo, nella Mente, nello Spirito. E' bene fare ciò che desideriamo, in accordo con la Legge Cosmica, con il nostro Se, occorre essere creativi per essere felici.

## CHAKRAS RUOTA, VORTICE

regolano il flusso di energia nella coscienza e nel corpo fisico  
si trovano nel corpo eterico dell'Aura  
sono collegati ad una ghiandola e ad un plesso nervoso principale  
assorbono l'energia universale ( CHI), la scompongono e la convogliano lungo i canali energetici chiamati  
NADI, fino al sistema nervoso, alle ghiandole endocrine e  
poi al sangue che ha il compito di nutrire i tessuti  
( ad esempio i tipi *Centaury* nel sistema dei Fiori di Bach, cedono energia,  
i *Walnut* assorbono energie negative,  
gli *Aspen* sono sensibili alle energie sottili)

### AURA, CHAKRAS e CORPO FISICO

sono tutti energia a densità energetica diversa  
l'energia è più densa nel corpo fisico  
queste energie interagiscono tra di loro attraverso il sistema endocrino e il sistema nervoso  
( tranne il 7° chakra che è collegato solo al sistema nervoso e al cervello)

**I sette chakras principali, i loro colori e ghiandole corrispondenti sono:**

La parola CHAKRAS è un termine sanscrito, che significa RUOTA, o VORTICE, sono come delle palle solide che compenetrano il corpo fisico in specifici punti, la loro funzione è quella di REGOLARE IL FLUSSO DI ENERGIA NELLA NOSTRA COSCIENZA e di conseguenza nel CORPO FISICO  
Ogni chakra è collegato ad una area della coscienza, le tensioni del corpo, sono le tensioni dei chakras

**I 7 CHAKRAS principali si trovano nel CORPO ETERICO ( secondo piano dell'Aura)**

7 Sommità della testa, 6 Fronte, terzo occhio, 5 Gola  
4 Cuore, 3 Plesso solare, 2 Genitale, 1 Base

Nel corpo, i 7 chakras sono collegati con una GHIANDOLA ENDOCRINA e sono situati lungo la COLONNA VERTEBRALE, e sono RIFLESSI sulle MANI e sui PIEDI.

( è importante trattare in una seduta di riflessologia i chakras nei punti corrispondenti, specie se la persona soffre di disturbi ormonali)

**sono situati:**

**7 SOMMITA' della TESTA** o della corona, epifisi, viola e bianco, la pietra l'AMETISTA ( polo verso l'alto, energetico positivo)

( corrispondenza all'occhio destro) connessione con il divino, con il tutto, con la vibrazione spirituale sottile ( un suo non equilibrio da senso di solitudine, difficoltà nel rapporto con Dio e con l' Autorità in genere). La connessione Coscienza e Anima ci indica la **direzione** dove andiamo e cosa fare nella vita. Rappresenta la nostra parte più intima, il vero nucleo di ciò che siamo l'**ANIMA**, la parte di noi che sempre è stata e sempre sarà, la parte divina, che trascende il corpo fisico, che anima il corpo fisico, che esiste comunque vita dopo vita. Riguarda la percezione dell'Unità e della Separazione, quando facciamo l'esperienza a questo livello sappiamo che siamo " parte del tutto e siamo tutt'uno con il tutto". Non c'è opposizione a questo livello, ma unità, è in connessione con il rapporto con il PADRE, se la relazione con il padre è stata positiva ci sentiamo amati e in armonia, se questa relazione è stata disarmonica per un padre troppo autoritario, o assente, o comunque sia stata una relazione non buona, si avverte uno stato di solitudine e di separazione, avremo un rapporto difficile con l' Autorità in senso generale e lato, e di conseguenza con Dio

**6 FRONTE**, terzo occhio, ipofisi, indaco ( due poli : uno nella parte frontale positivo, e il secondo nella parte frontale "alter ego" negativo, due poli posteriori nella nuca uno superiore negativo e l'altro il secondo, positivo)

Corrispondenza con l'occhio sinistro, le orecchie, il naso, il sistema nervoso, il cervello, fronte, tempie, attiene alla chiarezza di pensiero, connessione con il sè.

Ci dà la consapevolezza di **essere** uno **SPIRITO** che abita un corpo, a questo livello quando in equilibrio, siamo in connessione con il nostro **SE**, con la parte profonda del nostro essere, in questo piano si hanno le percezioni extrasensoriali, la Telepatia, l'intuizione, ( il terzo occhio), la conoscenza del passato e del futuro. Una mancanza di equilibrio su questo piano ci provoca senso di stanchezza, irritabilità, confusione mentale, mancanza di elasticità mentale, questo piano è legato allo SPIRITO, al SUBCONSCIO, al SE siamo spirito dentro un corpo, è a questo livello che si attua la **trasformazione**. A questo livello possiamo accedere alle motivazioni più profonde a ciò che è vero per noi, sappiamo da dove veniamo, dove stiamo andando, e conosciamo la strada migliore che dobbiamo percorrere, determiniamo le scelte fondamentali della nostra vita, o cambiamo le cose che non sono in sintonia con noi, abbiamo l'esperienza di " chi siamo e di come creare la nostra realtà" è collegato alla capacità di sentire e vedere le energie sottili e di usarle, ci permette di comprendere gli eventi e di sentire come ognuno ed ogni cosa faccia parte del tutto. Seguiamo la strada della nostra evoluzione nel modo più facile e diretto per noi, creiamo consapevolmente la nostra realtà, realizziamo ciò che dobbiamo realizzare in accordo con la nostra evoluzione e con le leggi universali, siamo consci delle nostre infinite possibilità.

**5 GOLA**, tiroide, paratiroidi, azzurro (polo di uscita frontale positivo, polo di uscita posteriore negativo), associato all'elemento ETERE

Corrispondenza con le corde vocali, i bronchi, i polmoni, l'esofago, la cervicale, orecchio, udito, metabolismo, collo, spalle, braccia, corde vocali, regola gli organi riproduttivi femminili, attiene alla capacità di comunicare e alla creatività

E' il centro creativo della PAROLA, del CANTO, e della MUSICA, aiuta ad esprimere ciò che desideriamo realizzare, è collegato all'ascolto e all'intuizione. In questo modo i nostri obiettivi essendo in sintonia con il Se e la Legge cosmica universale, si realizzano facilmente e senza sforzo

Qui si ha la **comunicazione**, la capacità di ricevere, di attuare gli obiettivi, la attività creativa " chiedi e ti sarà dato". Ascoltare l'intuizione e la voce interiore ci consente di soddisfare i desideri più profondi.

Le problematiche insorgono quando abbiamo rinunciato alla realizzazione del nostro vero Se. Quando ci prefiggiamo un obiettivo, questo esiste già nella sua realizzazione

Rappresenta il **PONTE** tra il piano FISICO e quello SPIRITUALE .

Se questo Chakra non è in equilibrio :

ci sentiamo come bloccati e pensiamo di non poterci meritare il meglio dalla vita, significa che stiamo

rinunciando a qualcosa di importante per noi, ai nostri obiettivi e ci stiamo impedendo di far entrare e uscire l'Amore, che è in abbondanza in tutto l'Universo.

**Elemento METALLO in MTC meridiano : polmone- intestino crasso**

**4 CUORE**, timo, verde o rosa ( polo di uscita frontale positivo, polo di uscita posteriore negativo)

Corrispondenza con il cuore, il sistema sanguigno, i polmoni, i bronchi, l'apparato respiratorio, il sistema immunitario, le braccia, le mani, il TIMO svolge un ruolo importante nel sistema IMMUNITARIO, il senso associato è il TATTO, inteso come contatto, abbraccio, empatia, senso di contatto profondo con l'altro.

attiene alla capacità di Amore

In questo chakra risiedono l'amore e la **relazione**, la sfera del DARE e dell' AVERE, siamo in sintonia con noi stessi e con l'altro, è in rapporto con il nostro aspetto emotivo.

E' associato all'elemento ARIA.

Quando è in armonia, si ama in modo incondizionato, si hanno relazioni appaganti con le persone amate, ci sentiamo amati e sappiamo amare, se è in squilibrio si nutrono sentimenti egoistici, esigenti, possessivi.

Lo sbilanciamento può causare attacchi cardiaci, ulcere gastriche, una vita emotiva infelice, timore, amarezza, risentimento.

**Corrisponde all'Elemento FUOCO in MTC, meridiano : Cuore - Intestino tenue**

**3 PLESSO SOLARE**, qui l'energia cosmica ( PRANA) sale verso l'alto e pervade la parte superiore del corpo, mentre l'APANA va verso il basso, le due energie si incontrano alla zona del bacino e generano il CALORE necessario alla VITA ( energia vitale).L'elemento è il FUOCO, il Sole.

Organi corrispondenti : pancreas, isole di Langerhans, colore associato, giallo ( polo di uscita frontale positivo, polo di uscita posteriore negativo) in MTC corrisponde al TRIPLICE RISCALDATORE, durante la digestione si genera calore

Influenza i polmoni, il diaframma, lo stomaco, il duodeno, la cistifellea, il **fegato**.

Corrispondenza con il pancreas, il fegato, lo stomaco, la cistifellea, il sistema nervoso, pelle, sistema muscolare, sistema digerente, come organo di senso, corrisponde agli OCCHI, alla vista, al VISO, a ciò che mostriamo di noi al mondo. attiene alla elaborazione delle emozioni Sul piano emotivo corrisponde ai DESIDERI

E' in relazione con la **digestione e** l'assorbimento, nell'aspetto mentale è collegato al tema della LIBERTA' ( quando questo chakra è in equilibrio siamo liberi di essere noi stessi, non giudichiamo, nè criticiamo)

Se questo chakra non è in armonia sarà solo la mente ad esercitare un controllo su tutto.

Se questo chakra non è in equilibrio si possono avere rapidi cambiamenti di umore, depressione, introversione, letargia, digestione difficile, abitudini alimentari anomale, problemi dermatologici.

Corrisponde agli aspetti logici del pensiero. Questo chakra è associato alla personalità e al corpo Mentale, quando non c'è armonia la mente esercita un controllo su tutto, e si esercita il potere sugli altri, ci si impone per forza agli altri, non si ascoltano le proprie emozioni e sentimenti.

Per essere in armonia è necessario che la PERSONALITA' si riallinei allo SPIRITO.

**Corrisponde all'Elemento LEGNO in MTC, meridiano : Fegato - vescica biliare**

**2 GENITALE, SURRENALI**, reni, vescica ( influenza : reni,gonadi, ovaie, testicoli, arancione ( polo di uscita frontale positivo, polo di uscita posteriore negativo) i TESTICOLI sono influenzati da questo chakra.

Corrispondenza con le surrenali, i reni, la vescica

Attiene alla vitalità, influisce sugli organi della riproduzione, sulla pelle, i reni, la vescica, il sistema circolatorio, e quello linfatico

In questo chakra c'è la sede dell'energia sessuale, io "sento" nel senso del piacere o del dolore fisico, quando è in equilibrio sappiamo individuare le cose giuste per il nostro corpo, se non è in equilibrio si ha

stress in ambito sessuale, mentale, problemi con il cibo, e non si riescono a provare emozioni. Corrisponde all'elemento ACQUA, alla luna, ai liquidi. il plesso nervoso è quello LOMBARE. L'ENERGIA è quella SESSUALE E' associato alla LINGUA, al gusto, al cibo e al sesso, al tatto come senso di sensazione del proprio corpo.

Quando non è in armonia, nell'uomo si ha eiaculazione precoce, impotenza e nella donna incapacità a raggiungere l'orgasmo. Altri disturbi possono essere a livello dei reni, della vescica, del sistema circolatorio, del flusso mestruale, e della produzione dello sperma

La ghiandola endocrina sono le SURRENALI, che producono l'adrenalina che si attiva in caso di stress o paura, ed è legata all'istinto della sopravvivenza.

L'emozione è il timore e l'ansia

Corrisponde all'Elemento ACQUA in MTC, meridiano Triplice Riscaldatore, rene e vescica

**1 BASE**, zona perineo, GONADI ovaie o testicoli, rosso ( polo di uscita verso il basso postivo) Influisce sulla prostata, ovaie, sistema riproduttivo, collegato al 2 chakra delle surrenali e reni Controlla il sistema scheletrico, le parti dure come le OSSA e i DENTI, il sistema di eliminazione, reni-vescica, l'ultimo tratto dell'intestino, la pelle nella funzione della traspirazione, il sudore, il sistema linfatico, è collegato al plesso solare, governa gli arti inferiori, le gambe, le ginocchia, le caviglie, i piedi. Attiene alla volontà di vivere, alla fiducia, , all'istinto di conservazione, alla riproduzione, alla sopravvivenza alla sicurezza, al legame con la terra, al denaro, alla casa, al lavoro. Quando non è in equilibrio si prova paura, insicurezza, stanchezza, scarsa voglia di vivere, scarso coraggio, difficoltà a prendere decisioni. L'elemento associato è la TERRA. Gli organi fisici influenzati sono l'ano, il retto, l'ultimo tratto dell'intestino, gli arti inferiori, i reni, la colonna vertebrale, il sacro, il coccige, corrisponde al sangue e all'apparato circolatorio. Energia la VITALITA', quando è in armonia ci si sente ben radicati e si vive pienamente il qui ed ora, si soddisfano i bisogni primari quando non è in armonia, si ha senso di stanchezza, astenia, scarsa energia sessuale, problemi alle surrenali. Emotivamente, scarsa voglia di vivere, scarso coraggio, volontà debole, incapacità a prendere decisioni per paura di non farcela, problemi relativi al denaro, avarizia o eccessiva prodigalità. Influisce su gambe, piedi, ossa, intestino crasso, colonna vertebrale, sistema nervoso Regola il senso dell'ODORATO, dell'olfatto, il NASO. Attiene agli istinti primordiali cui fanno parte anche la collera, l'avidità, l'egoismo estremo, la paura, piacere e dolore puramente fisico, collegato alle SENSAZIONI CORPOREE. E' in correlazione con la MADRE ( oltre che la madre Terra) la madre come modello di nutrimento e sicurezza, e soddisfacimento dei bisogni primari come casa, lavoro, denaro, cibo.

Corrisponde all'Elemento Terra e in MTC, meridiano milza, pancreas-stomaco

## NADI, MERIDIANI, Punti di Agopuntura ( M T C )

Gli altri chakras, sono chiamati Nadi

Gli altri punti di energia vengono chiamati NADI e sono collegati con il nostro sistema nervoso e distribuiscono il PRANA. I chakras principali sono 7

I 7 chakras sono situati sui punti di incrocio di 21 linee di energia o Nadi, e 21 chakras minori, all'interno di 14 nadi, I PUNTI dell'AGOPUNTURA, si trovano nel punto di incrocio di 7 nadi. Nel corpo i 21 CHAKRAS MINORI, sono situati :

davanti e dietro ciascun ORECCHIO , 4

davanti e dietro ciascun OCCHIO, 2

a metà di ciascuna CLAVICOLA, 2

vicino al TIMO , 1  
sopra ciascuna MAMMELLA , 2  
sul palmo delle due MANI, 2  
collegato alla MILZA, 1  
vicino al FEGATO, 1  
collegato allo STOMACO, 1  
collegato OVAIE/TESTICOLI, 1  
dietro ciascun GINOCCHIO, 2  
sulla pianta dei PIEDI, 2

## ELEMENTI E MERIDIANI

medicina tradizionale cinese

La materia ed i fenomeni sono il risultato del movimento e della trasformazione dei 5 elementi basilari, che non sono sostanze passive e statiche, ma sono forze dinamiche impegnate in una trasformazione ciclica, si trovano coinvolti tra di loro in una relazione di "generazione" e "distruzione", ogni elemento viene generato dal precedente e da origine al successivo.

il LEGNO genera il FUOCO che con le proprie ceneri genera la TERRA, da questa si estrae il METALLO, che si liquefa generando l'ACQUA, con la quale si genera il LEGNO degli alberi; questo ciclo continuo assicura la generazione e la trasformazione delle cose della natura.

Ad ogni elemento è collegata una parte del corpo umano

Secondo il pensiero cinese tutti i fenomeni sono raggruppati da un lato nella dicotomia Yin-Yang, dall'altro nel divenire dinamico di Yin e di Yang Lo Yang tende a trasformarsi nello Yin e viceversa In questo movimento tra i due POLI ESTREMI, massimo Yang e massimo Yin ci sono due momenti intermedi

Lo Yang sta entrando nello Yin

Lo Yin sta entrando nello Yang

Ci sono 5 movimenti che avvengono intorno ad un centro

FUOCO massimo Yang

ACQUA massimo Yin

METALLO yang nello Yin

LEGNO yin nello Yang

TERRA centro

Ad ogni elemento si attribuisce una STAGIONE, un ORGANNO, un SAPORE, un COLORE, un'EMOZIONE

I FENOMENI si realizzano CICLICAMENTE, e si ripropongono all'infinito secondo dinamiche ben precise.

## LEGNO - MOKU

Suono : XU

Va verso lo Yang

**FEGATO ( Zang) CISTIFELLEA ( Fu)**

OCCHI, MUSCOLI, TENDINI

STRUTTURA INDIVIDUALE:

secco, aspro, segaligno

Fegato, muscoli, tendini, occhi, lacrime, cistifellea, unghie mani , piedi

Emozione COLLERA, ira, rabbia, grida

Secrezioni : LACRIME

Sapore aspro, acido

Verde/Blu

Contrazione muscolare, legamenti, tendini, bile, decisione, coraggio, sangue, regola la circolazione, regola la libera circolazione del Qi e del sangue, fenomeni emozionali e digestivi, secrezione biliare, si manifesta nelle unghie

### **Collera**

Fegato TZANG, vescica biliare FU

VISTA

La COLLERA viene attribuita all'elemento legno, Ogni accesso di collera indebolisce l'energia del fegato, preparandolo a malattie gravi, è una delle cause dei calcoli biliari, ripetuti scatti di ira possono anche scatenare itterizia, alla quale sono da attribuire particolari accessi di collera.

Vento

II LEGNO, sotto forma di albero, simboleggia la crescita ed un processo di costruzione a base di sostanze così il FEGATO, elabora le sostanze, basti pensare alla sintesi delle proteine, la crescita è anche simbolo della PRIMAVERA, e anche questa è attribuita al legno.

Il VENTO danneggia il Legno

II LEGNO DA ORIGINE AL FUOCO

Est, Primavera, Vento

N A S C I T A

FUOCO- YANG - KA

SUONO HE

Massimo Yang inizio della fine dello Yang

CUORE ( ZANG ) -INTESTINO TENUE (FU) TRIPLICE RISCALD. (FU)

DESTRA Yang

LINGUA, VASI SANGUIGNI

Struttura individuale.

ATTIVO, CALDO

Pericardio circolazione triplice riscaldatore

orecchie, punta della lingua, vasi sanguigni, sudorazione, cuore, polso, carnagione

emozione : gioia, felicità, riso

terrore

secrezioni . SUDORE

sapore: amaro,

bianco/rosso

Sud, Estate, caldo

TRIPLICE RISCALDATORE - YANG

Pericardio, circolazione, triplice riscaldatore

Fuoco-Yang

Orecchie, lingua, vasi sanguigni, sudorazione, carnagione

Emozione: gioia riso, felicità

Sapore : amaro

Rosso

Shen, mentale, emozioni, psiche, parte della lingua, linguaggio, gusto, tato, calore, sudorazione, colore dell'incarnato del viso, sangue, vasi, da impulso alla circolazione

Il FUOCO, suscita l'immagine di calore e del processo che lo genera. Il CUORE fa circolare il sangue, un fisico dotato di buona circolazione sanguigna è CALDO, mentre un corpo irrorato male è freddo, all'elemento fuoco si associa L'ESTATE, al fuoco ci sono due coppie di organi, CUORE Yin come Fuoco Imperiale, e l'ORGANO DELLA CIRCOLAZIONE SESSUALE yin come Fuoco Ministeriale

Cuore TZANG, mastro del Cuore FU

PAROLA

La FELICITA' influenza il cuore, e anche un eccesso di gioia può danneggiare il cuore uomini sani si ammalano quando vanno in pensione, uno sfogo eccessivo di sentimenti consuma le energie dell'elemento Fuoco provocando alla lunga esaurimento, anche emozioni eccessive come un forte spavento, vano attribuiti al Fuoco e non all'Acqua.

La mancanza di energia dell'elemento fuoco provoca la mancanza di gioia e ne deriva la **depressione** la depressione del cuore è la totale mancanza di gioia di vivere

Il FUOCO da origine alle CENERI che si decompongono e formano la TERRA

La calura danneggia il Fuoco

Estate, caldo, Sud

SVILUPPO ,M A T U R I T A '

**TERRA**

Suono HU

Elemento di equilibrio

va verso lo Yin

## MILZA ( ZANG) PANCREAS STOMACO ( FU)

(all'inizio è al centro del cerchio)

### STRUTTURA INDIVIDUALE

Dolce, saldo, centrato

stomaco, tessuti, forma corporea, bocca

emozione RIFLESSIONE, PENSIERO  
compassione, simpatia, canto

organi di senso BOCCA

parte del corpo CARNE

secrezione : SALIVA

### **preoccupazione**

sapore: dolce

**Giallo** equilibrio

Yi, In basso tutta la lingua, gusto, riflessione, memoria, umidità, gusto, bocca, labbra, carne e connettivo, trasferimento del cibo, Qi, sangue trasporta verso l'alto

Milza TZANG, Pancreas e stomaco FU

### GUSTO

Dalla TERRA VENGONO ESTRATTI I METALLI

-

RIFLETTERE E RIMUGINARE, troppe riflessioni influiscono sull'elemento terra, le PREOCCUPAZIONI danneggiano la Milza, lo STOMACO, e la DIGESTIONE, Molte ulcere gastriche sono da sono da attribuire alle preoccupazioni, non solo è rilevante la preoccupazione stessa, ma anche la reazione del paziente, ci sono persone che tendono a fare di tutto una preoccupazione e che hanno difficoltà ad uscire da questo giro vizioso, da un lato le preoccupazioni danneggiano la milza, ed una milza debole è incline alle preoccupazioni

La TERRA raccoglie tutto ciò che muore e conserva i prodotti finali di tutte le sostanze queste proprietà sono caratteristiche della MILZA, che scompone ed assimila, la stagione corrispondente alla Terra è la

TARDA ESTATE, età di passaggio

L'Umidità danneggia la Terra

Centro e poi prima del Metallo

Tarda estate, centro, umidità

TRASFORMAZIONE e MUTAZIONE

## METALLO- GON

Va verso lo Yin

POLMONE ( ZANG) INTESTINO CRASSO (FU)

SUONO SHI

PELLE, PELI

STRUTTURA INDIVIDUALE

Longilineo, pallido, dinamico

Polmone, intestino crasso, pelle, naso, capelli, muco

emozione: tristezza pianto

sapore: piccante, pungente

colore : Bianco

organo di senso apertura . naso

emozione : tristezza

**Malinconia, dolore**

Secrezione MUCO nasale

Riservatezza, istinto di difesa

Po, secchezza, respirazione, liquidi, pelle, peli, naso, olfatto, eventi climatici

Polmone TZANG, Intestino crasso FU

ODORATO

I METALLI VENGONO SCIOLTI E DIVENTANO ACQUA

La TRISTEZZA appartiene al Metallo, danneggia i polmoni ed è uno dei fattori fondamentali della malattia polmonare, presenta come sintomo momenti di tristezza,

### malinconia

una debole energia polmonare causa tristezza e spesso durante uno stato depressivo l'energia del polmone è debole, aridità

Il METALLO, ci suscita l'immagine di forza, durezza, resistenza, è esattamente l'idea che i Cinesi hanno dell'energia respiratoria proveniente dai POLMONI, che costituisce parte della capacità di resistenza e di energia dell'organismo, l'AUTUNNO è la stagione durante la quale il corpo ha più bisogno di questa forza è la stagione dell'elemento Metallo.

L'aridità danneggia il metallo

Ovest, Autunno, arido

asciutto, aridità, secco

RACCOLTA, MESSA IN RISERVA

## ACQUA - YIN - SU

Massimo yin, inizio della fine dello yin

Suono CHUEI

STRUTTURA INDIVIDUALE

MOLLE PLACIDO

RENE (ZANG) - VESCICA (FU)

SINISTRA Yin

Rene, vescica,

ORGANI DI SENSO APERTURA: ORECCHIE

OSSA MIDOLLO

genitali, uretra, ano, ossa, orecchie, midollo osseo, saliva, testa, capelli, udito

emozione : paura, timore, gemiti

sapore: salato

colore NERO azzurro

**paura**

volontà, potenzialità, costituzione, riproduzione, fertilità

reni TZANG, vescica urinaria FU

UDITO

SECREZIONI BAVA

L'ACQUA NUTRE PIANTE E ALBERI E VA VERSO IL LEGNO

La PAURA, appartiene all'elemento Acqua, la paura danneggia i Reni, reni deboli significa Timori, molte persone sono deboli perché spesso è fredda e debole la loro energia renale

L'ACQUA, ha un legame diretto con il RENE, e con l'economia dell'acqua nell'organismo, corrisponde all'INVERNO.

Il freddo danneggia l'acqua

Nord, Inverno, Freddo

CONSERVAZIONE MORTE

## SALUTE ( ARMONIA) e MALATTIA ( DISARMONIA)

LA COSCIENZA E' CIO' CHE NOI SIAMO, rappresenta tutto quello che possiamo sperimentare a livello fisico, emotivo, mentale, spirituale, nella nostra esistenza.

Se facciamo qualcosa che non funziona per noi, la tensione si manifesta nella coscienza ed è recepita a livello dei chakras come un BLOCCO del FLUSSO in un punto preciso.

Finchè prendiamo decisioni coerenti con il nostro essere tutto va bene, ma se non ascoltiamo e neghiamo la nostra essenza cominciano i problemi.

Per una decisione o un atteggiamento errato creiamo un blocco che come una calamita attira esperienze che confermeranno la tensione originaria.

Se dopo essere stati ABBANDONATI, decidiamo di NON MERITARE AMORE, da quel momento in poi la nostra energia bloccata costituirà una specie di calamita e ci attireremo solo PERSONE CHE NON CI AMANO, che ci abbandonano o che abbandoneremo noi a nostra volta. Tutto questo tenderà a creare un FALSO SCHEMA MENTALE che tenderà a confermarci come esatta la nostra decisione primaria, il blocco allora si consoliderà sempre più e noi ci sentiremo sempre più INFELICI.

Sia CHAKRAS che il CORPO FISICO sono energia a densità diversa. Ed interagiscono con il corpo fisico per mezzo del SISTEMA ENDOCRINO, del SISTEMA NERVOSO, OGNUNO DEI 7 CENTRI ENERGETICI DEL CORPO ETERICO, è associato ad una delle ghiandole endocrine principali del nostro corpo e a un PLESSO NERVOSO.

(Tranne il 7° Chakra della Testa o della Corona, che è collegato all'intero sistema nervoso e al cervello).

Ogni chakra è associato a determinate funzioni fisiologiche, a determinati organi, a specifiche parti del corpo. Controllati dal plesso o dalla ghiandola endocrina corrispondente ad esso.

I 7 CHAKRAS sono collegati anche a 7 aree della COSCIENZA.

Il corpo può anche essere letto come MAPPA della COSCIENZA. Le tensioni del corpo sono le tensioni e lo stress della coscienza

( CONSAPEVOLMENTE " faccio questo anche se non mi piace perché non posso farne a meno, oppure per far piacere a qualcuno " oppure INCONSAPEVOLMENTE perché siamo distratti e non ci ascoltiamo come dovremmo)

Per Guarire, occorre intraprendere un lavoro personale di ricerca e cercare di capire cosa stiamo facendo "contro di noi", e cominciare ad attuare una serie di cambiamenti, lasciando andare modi d'essere che ci creano tensione e ritrovare la nostra vera essenza. Dobbiamo tornare ad essere NOI STESSI, in questo percorso il SINTOMO E' UN ALLEATO, e ci aiuta.

Lo **YIN** è la PARTE FEMMINILE passiva ricettiva, LA SINISTRA,

lo **YANG** è la parte MASCHILE, attiva della volontà, LA DESTRA, ( nelle persone mancine questo è invertito)

Se un sintomo si manifesta alla destra o alla sinistra o da tutte e due le parti del nostro corpo ha un significato ben preciso. Di fronte ad un sintomo, possiamo indagare in quale chakra si sta manifestando e in quale parte del corpo se a destra o a sinistra se Yin o Yang.

## I meridiani

Ogni uomo, alla nascita, e' dotato di un patrimonio energetico ereditario, il Qi ancestrale, trasmesso dai genitori e fonte di ogni vitalità'.

E' una forza non modificabile ne' rinnovabile e, una volta esaurita, l'individuo muore: deve perciò essere protetta.

Accanto al Qi originario ci sono anche due energie fondamentali assimilabili dall'ambiente esterno: l'energia respiratoria, assorbita tramite l'ossigeno presente nell'aria, e l'energia alimentare, ricavata dal cibo consumato.

Queste due forme di energia sono continuamente reintegrabili; per il mantenimento della salute e' quindi indispensabile prestare attenzione alla qualità' dell'alimentazione e allo svolgimento di esercizi respiratori.

Nell'uomo il Qi scorre incessantemente attraverso invisibili linee di scorrimento chiamate canali energetici o meridiani.

Un buon equilibrio energetico Yin-Yang garantisce armonia e benessere psicofisico; qualsiasi alterazione nella distribuzione del Qi comporta un indebolimento delle capacità difensive e l'insorgenza di una patologia.

L'equilibrio energetico può essere aggredito da diversi fattori esterni (i fenomeni climatici stagionali, le epidemie, i traumi, le punture e i morsi di animali) o interni (gli squilibri emotivi, gli errori alimentari e le cattive abitudini di vita)

### Gli organi e i visceri

Secondo l'anatomia cinese, il corpo umano è strutturato in cinque organi pieni (Cuore, Polmoni, Reni, Milza-Pancreas, Fegato) e cinque visceri cavi (Intestino crasso, Stomaco, Intestino tenue, Vescica, Cistifellea), e fondato su una funzione metabolica denominata "Triplice Riscaldatore". Organi (Yin) e visceri (Yang) sono tra loro dipendenti e complementari:

Ciascuno di essi rappresenta un "insieme energetico" e ricopre specifiche funzioni: il **Cuore**, sede dello spirito vitale, comprende l'apparato cardiovascolare e l'encefalo; il **Polmone** governa l'insieme del sistema respiratorio, naso, trachea e bronchi compresi, e la funzione cutanea (epidermide e peli); il **Fegato**, sede dell'anima corporea, sovrintende alle implicazioni metaboliche e vascolari della ghiandola; la **Milza**, sede del pensiero, guida anche le funzioni pancreatiche e il sistema linfatico; il **Rene**, sede della volontà, del vigore fisico e del centro genitale, regola la funzione urinaria e quella endocrina delle ghiandole surrenali e delle gonadi; il **Triplice Riscaldatore** è in rapporto con gli altri organi e visceri, che agiscono sotto la sua protezione e direzione.

Il continuo e stretto legame di interdipendenza tra organi e visceri viene assicurato dall'energia che circola attraverso i meridiani e si distribuisce nel corpo secondo cicli definiti, dagli organi pieni ai visceri cavi, parte dalla periferia e parte dall'interno; lungo il tragitto dei meridiani emergono sulla superficie della pelle centinaia di punti particolari, ognuno in relazione diretta con un insieme di cellule, una funzione del corpo, un organo o un'emozione, e che possono essere stimolati con l'agopuntura.

Secondo la medicina cinese, sia il corpo sia la psiche si nutrono della stessa energia, quindi non può sussistere alcuna separazione tra malattie fisiche e mentali, entrambe frutto di uno squilibrio energetico.

Qualsiasi azione terapeutica svolta sul corpo influenza anche la mente e viceversa: per questo la medicina cinese viene applicata nella cura di tutte le malattie del corpo e della mente.

La medicina tradizionale cinese svolge anche un ruolo fondamentale nel campo della prevenzione delle malattie.

Il corpo umano dispone delle seguenti fonti di energia, la totalità di queste energie costituisce la forza vitale degli esseri umani ed è denominata Qi, o Chi, è composta di elementi di YIN e di YANG che circolano nei meridiani dell'agopuntura.

Ad ogni ORGANO YANG corrisponde un ORGANO YIN

Nelle funzioni ambedue si completano ed insieme costituiscono una coppia funzionale, l'uno rappresenta l'integrazione complementare dell'altro, come nella monade ogni organo Yin contiene una parte di Yang e viceversa. Quando questi elementi collaborano con armonia l'organo lavora in modo sano. Se c'è uno squilibrio e perdura troppo a lungo l'organo si ammala e dopo poco si manifesta anche la malattia, la malattia è un rapporto alterato tra le energie polari YIN e YANG

Ad ogni organo interno del corpo viene attribuita una serie di PUNTI dell'agopuntura situati sulla superficie corporea e collegati tra di loro da una linea detta MERIDIANO, all'interno di questi vasi energetici sempre accoppiati a DUE, la forza vitale scorre attraverso l'organismo. Per mezzo di percorsi interni i meridiani sono collegati sia al loro organo, all'interno del corpo, sia all'organo del meridiano loro accoppiato. I cosiddetti VASI LUO, costituiscono il collegamento trasversale dell'energia, i vasi trasversali LO, uniscono tra loro due meridiani appaiati, i vasi longitudinali, LO scorrono lungo i percorsi dei meridiani e sfociano all'interno dell'organo proprio al meridiano

Metaforicamente i punti dell'agopuntura, possono essere paragonati alle chiuse per mezzo delle quali al momento del bisogno è possibile deviare l'energia verso altri canali.

I punti Cinesi sono situati prevalentemente in piccole cavità tra i tendini e i muscoli, o nella matrice di un osso, l'energia, quando la persona è sana è sempre in movimento, e scorre costantemente in profondità, attraverso la stimolazione dei punti dell'agopuntura è possibile portarla sia in superficie che variarla.

I MERIDIANI, esercitano la loro influenza non solo sull'organo loro corrispondente ma anche su tutti quegli organi e tessuti che si trovano lungo il loro percorso

Il MERIDIANO dell'Intestino crasso influisce su indice, su polso, gomito, muscolo deltoide, articolazione della spalla, naso.

Alle coppie dei meridiani vengono attribuite altre funzioni, tessuti, organi di senso che a loro volta vengono attribuiti ai 5 elementi

(esempio all'elemento legno corrisponde il fegato e la cistifellea ed esercita una influenza su tendini, muscoli, occhi e unghie)

(all'elemento acqua corrisponde il meridiano del rene e della vescica, influisce su ossa, orecchie e capelli)

Un volta ogni 24 ore, l'energia vitale CHI o QI, invade come un'onda energetica tutto il corpo e quindi anche i meridiani, ogni meridiano viene inondato e ricaricato per un lasso di tempo non superiore a due ore, questo è il momento in cui le funzioni imperfette si manifestano con maggiore evidenza.

Per esempio in uno stato YANG eccesso di energia, si mostra con irrequietezza, crampi, e stati dolorosi lungo il percorso del meridiano o nel relativo organo.

Le veglie notturne tra le 2 e le 3 del mattino e la difficoltà a prendere sonno sono tipiche di uno stato YANG nel FEGATO, le coliche biliari che compaiono a mezzanotte, o gli attacchi di asma tra le 3 e le 5 del mattino sono la conseguenza di un estremo stato YANG nella vescicola biliare.

Gli stati YIN si manifestano sotto forma di debolezza, chi ha un deficit nel meridiano della vescica verso le 17 accuserà un senso di debolezza tale da doversi mettere a letto, la diminuzione del rendimento tra le 10 e le 11 del mattino accompagnata dal desiderio di mangiare qualcosa di dolce indica uno stato YIN nel meridiano della MILZA e del PANCREAS.

## FUNZIONI DEI MERIDIANI

Permettono alle energie cosmiche di influenzare in modo benefico l'organismo

(l'organo tramite la pelle e le vie respiratorie è in stretto contatto con l'energia cosmica)

Proteggere l'organismo dall'azione patogena delle energie cosmiche o energie climatiche fuori stagione, attraverso l'energia di difesa

Consentire la termoregolazione, data dall'equilibrio esterno-interno, tra freddo-calore

Irrigare di energia nutritiva, propria dell'organo o delle viscere di appartenenza , i tessuti periferici fino all'estremità

Controllare la circolazione del sangue e dei liquidi

Favorire la conduzione nervosa inerente la sensibilità : i meridiani, hanno stretto rapporto con i nervi periferici di senso e di moto, un blocco di energia nei meridiani provoca dolore, parestesie, ecc.

Garantire lo sviluppo psichico, somatico, e sessuale

( energia ancestrale)

**QI**

da qui si origina il

**TAO**

la via, l'UNO

Dall'UNO deriva il

**DUE**

Ovvero

**YIN eYANG**

polarità

Dal DUE deriva il

**TRE**

**UOMO**

tra Cielo e Terra

Dal Tre deriva il

**QUATTRO**

E dal Quattro deriva il

**CINQUE**

i cinque elementi

# FIORI DI BACH

## I FIORI DI BACH COME RIMEDIO PSICOSOMATICO

I fiori si impiegano essenzialmente per riequilibrare lo stato emotivo, che una volta ritornato in armonia, spesso risolve anche i problemi a livello fisico.

Secondo la visione olistica e psicosomatica, ( Bach è stato uno dei padri della Psicosomatica), il corpo e la mente si comportano su piani differenti, lo psichico e il fisico, ma pur manifestandosi entrambi nella loro sintomatologia su piani differenti, in realtà sono la espressione di un unico processo di disagio o di benessere a seconda delle circostanze. Gli antichi greci dicevano " Mens sana in corpore sano"

Il fiore aiuta a far capire che non si ha più bisogno del sintomo per mantenere il proprio equilibrio, perché ammalarsi è anche un modo e l'unico che in quel momento ci permette di stare paradossalmente bene, anche se stiamo male con noi stessi.

I fiori di Bach non sempre sono sufficienti, in presenza di determinate patologie è bene affiancarli alla Psicoterapia, alla fitoterapia, ad una alimentazione adeguata, e comunque ricorrere sempre al medico per risolvere un qualsiasi disturbo.

I fiori di Bach, somministrati a bambini, animali e piante, hanno effetto e questo dimostra che non sono ad effetto placebo.

(si possono somministrare tranquillamente sia a neonati che a donne in gravidanza e allattamento, senza temere effetti indesiderati)

### MALATTIA E DISAGIO PSICHICO

La floriterapia è un metodo semplice e naturale, le essenze del metodo Bach, sono estratte solo da petali di fiori selvatici.

I 38 rimedi trattano i disturbi della personalità che generano la malattia. Da sempre, l'uomo ha usato le erbe medicinali per curarsi, questo metodo si avvale della energia dei fiori, che aiutano ad equilibrare gli stati d'animo negativi.

I malesseri di cui tutti noi soffriamo non sono assolutamente disgiunti dal nostro modo di essere, di vivere e di sentire, la malattia non è solo il disagio di un singolo organo, ma è la disarmonia di mente-corpo-spirito, quando ci ammaliamo è essenziale fermarci, e cercare di esaminare le cause delle nostre sofferenze interiori, individuare quali siano i nodi che ci legano e ci limitano.

I sintomi sono dei campanelli d'allarme, sono dei messaggi in codice che il corpo ci invia per dirci che qualcosa nel nostro stile di vita non va e va corretto.

Il compito del Terapeuta è quello di saper ascoltare, e cogliere la complessità della persona che gli sta davanti, e consigliare le strategie che lo aiutino a ritrovare l'equilibrio .

Quando ci si sente ammalati, non centrati, sarebbe bene analizzarci e vedere di cambiare certe abitudini nocive, ed anche capire il perché e quale sia l'origine di certi comportamenti non "propriamente salutari" per noi.

Il nostro organismo tende sempre all'equilibrio anche quando mette in atto comportamenti auto-distruttivi, in quanto in quel modo si sta cercando un equilibrio con quanto ha a sua disposizione.

Per migliorare è bene concentrarsi su quali siano i motivi che stanno alla base di certi comportamenti e analizzare il nostro se, la nostra mente. Quali siano le cause profonde, quali siano gli stili di vita, alimentari, affettivi, lavorativi, familiari, che alla fine ci hanno portato ad ammalare

La malattia altro non è che un segnale dell'anima, il dolore fisico è quello stesso dolore psichico che non abbiamo voluto o saputo ascoltare, che abbiamo relegato lontano nella coscienza nel tentativo di eliminarlo, ma lo stesso problema se non viene affrontato e rielaborato, si ripresenterà nel corpo e si ripresenterà sempre finché non avremo risolto le nostre problematiche interiori. Il guaritore è dentro di noi, ci assiste nella nostra realizzazione umana. La felicità, è seguire il proprio cammino, realizzare se stessi, seguire la propria voce interiore ed essere quello che realmente siamo, liberi da qualsiasi condizionamento. I fiori di Bach ci offrono la possibilità di prendere di nuovo in mano le redini della nostra vita, di essere attivi e responsabili del nostro cambiamento, guarire significa sanarsi in senso sia psichico che fisico.

I fiori di Bach agiscono attraverso una risonanza vibrazionale, rimettendo nel giusto accordo le nostre onde emotive, agiscono sul piano "sottile", sul versante energetico, riportando l'equilibrio anche al corpo, in quanto il nostro sistema è un sistema nervoso e psico-neuro-immuno-ormonale, ed anche se non si sa bene scientificamente come i fiori agiscono, il dato certo è che i Fiori funzionano, se correttamente individuati, sempre.

È chiaro che i Fiori sono una terapia che aiuta a ristabilire l'equilibrio, ma sempre bisogna usare del sano buon senso e consultare sempre il proprio medico all'insorgenza di qualsiasi sintomo. C'è anche da dire che se si è una persona timida, non è detto che prendendo i fiori di Bach si diventa improvvisamente e per "miracolo" sicuri di sé, o che non si soffrirà più di timidezza in futuro, in altre occasioni, ma nel "qui e ora" il fiore agisce e da una occasione di trasformazione e di rinascita consapevole.

Esaminiamo tre persone ammalate : con infezione e febbre, una ha la tipologia di base **Chicory** e quindi tenderà a lamentarsi in continuazione, a drammatizzare i sintomi per attirare l'attenzione su di se, un'altra avrà la tipologia di base **Impatiens** vorrà guarire in fretta, è smanioso ed irritabile, l'altra una tipologia di base **Water Violet**, si ritira in se stessa e vuole essere lasciato in pace, a tutti si associerà **Crab Apple** che è il fiore della pulizia

## COME AGISCONO I FIORI DI BACH

Il fondamento della Floriterapia, risiede nel fatto che la malattia spesso nasce da un conflitto psicologico ed emotivo, che perdurando nel tempo si somatizza a livello fisico.

I fiori con la loro energia, ci purificano dalle nostre emozioni negative, ci liberano dai vecchi schemi mentali che ci incatenano, aiutandoci a ritrovare l'equilibrio perduto.

Da soli , i Fiori di Bach non fanno dei miracoli, occorre un nostro serio sforzo interiore, per far si' che il cambiamento si attui . Non e' sufficiente, curare esclusivamente il sintomo fisico, ma e' opportuno

scoprire cosa si celi dietro di esso e capire quale è il disagio interiore che ha originato quel dato malessere. Infatti se curiamo la malattia, con delle pillole avremo curato solo il corpo, ma non la vera causa profonda, ed allora il sintomo si ripresenterà da qualche altra parte o con malesseri sempre più persistenti. La guarigione nel corpo avviene quando si ha la guarigione dello spirito. Infatti, se la nostra Anima e la nostra Personalità sono in armonia, tutto è gioia, pace, felicità e salute; quello che aiutano a fare i fiori di Bach è di cambiare il nostro punto di vista e di vivere gli eventi per quello che sono un insegnamento, per quanto duro e doloroso possa essere. Gli stati d'animo come la preoccupazione, la paura, l'impazienza, la tristezza, l'ansia, il panico, l'insonnia, l'incertezza, la solitudine, la mancanza di interesse per il presente, la ipersensibilità alle idee altrui, lo scoraggiamento, la depressione, la stanchezza... sono alla base dei comuni sintomi fisici. I fiori altro non fanno che sviluppare la qualità positiva corrispondente, e come un catalizzatore ristabiliscono quell'equilibrio che in qualche modo si era incrinato. .

Non hanno nessuna controindicazione con nessuna terapia, sia essa a base di erbe, omeopatica, allopatrica, anzi, normalmente facilitano l'effetto terapeutico dei farmaci accelerandone la guarigione. Tutti noi, prima di ammalarci abbiamo avvertito un periodo in cui ci sentivamo "strani", non del tutto in forma, esauriti, nervosi, ed è proprio in quei momenti che dovremmo fermarci, ascoltare i segnali del corpo, interpretarli correttamente,

Ogni momento della nostra vita è quello giusto per conoscere e guarire noi stessi., ed i Fiori di Bach sono un valido aiuto.

# I fiori di Bach

## Introduzione



**Impatiens**

"La vera guarigione può essere ottenuta dal bene che prende il posto del male, dalla luce che prende il posto del buio...La malattia compare quando c'è disarmonia in noi stessi...tra il nostro essere mortale e la divinità che è in noi..." ( Edward Bach da "Liberati te stesso")

I fiori di Bach sono 38 "essenze" scoperte dal medico Inglese Edward Bach (1886-1936), che riequilibrando lo stato energetico e la disarmonia emotiva della persona, sono in grado di contribuire alla guarigione di molte malattie e senza sostituirsi alla medicina ufficiale, sono di questa un valido complemento.

La malattia nel suo significato più profondo non è solo un insieme di sintomi, ma è il risultato di un nostro conflitto interiore e solo quando raggiungiamo l'armonia tra la nostra parte mortale e quella spirituale, ritroviamo il nostro stato di salute. Lo scopo della malattia non è quello di punirci, ma di farci capire che qualunque errore noi facciamo, questo si ripercuote su di noi, causandoci infelicità, sconforto, depressione, insicurezza, rabbia...e tutte queste emozioni negative sono alla base del nostro stato di disagio interiore e di mal-essere..

"La cura di una parte del corpo, non dovrebbe essere intrapresa senza il trattamento del tutto. Quindi affinché la testa ed il corpo stiano bene , dovete iniziare a curare la mente, cioè la prima cosa" . (Platone )

I fiori di Bach sono 38 "essenze" in grado di contribuire a guarire le malattie organiche, partendo dal riequilibrio energetico della persona stessa, secondo Edward Bach la natura è semplice ed anche i rimedi dovrebbero esserlo. Ognuno di noi altro non è che una parte del tutto, una tessera nel mosaico globale . Ognuno di noi è collegato all'altro attraverso una vibrazione comune, ed in questo contesto ognuno di noi ha una sua missione, un suo preciso compito da svolgere in questa vita. Siamo fatti di Anima immortale e di Corpo mortale, il nostro io superiore conosce la nostra missione. Quando si crea una frattura, perché la personalità non vive in armonia con il campo energetico cosmico, ma al contrario vive nella illusione di una esistenza separata, ecco che subentra la malattia, quando avviene un allontanamento ed una distorsione negativa dalle leggi divine, la vibrazione cambia, si insinuano malesseri interiori, stati d'animo come la preoccupazione, la paura, la insoddisfazione, l'impazienza, la tristezza, l'ansia, l'inquietudine, l'angoscia, i timori infondati, l'egocentrismo, l'avidità, il senso di inadeguatezza, la gelosia , il rimpianto, la stanchezza, la timidezza, la preoccupazione, il panico, l'indecisione...e quando tutte queste emozioni perdurano nel tempo queste si insinuano nel corpo fino a sfociare nel sintomo...

I fiori con le loro vibrazioni ristabiliscono l'equilibrio perduto, e riequilibrando il contatto con il nostro se' superiore, aiutano a ritrovare l'energia positiva corrispondente, e dal miglioramento mentale si arriverà di conseguenza ad un miglioramento fisico.

I Fiori di Bach agiscono come dei catalizzatori ai livelli sottili, non solo non hanno alcuna interferenza con le terapie , ma in genere accelerano l'effetto terapeutico dei farmaci e di conseguenza la guarigione.

## Le 38 essenze dei Fiori di Bach



**Clematis**

### PERCHE' PROPRIO UNA TERAPIA CON I FIORI ?

Edward Bach risale a 38 SITUAZIONI EMOTIVE, rappresentate ciascuna dai singoli Fiori, in quanto si rese conto della corrispondenza tra stato d'animo e malattia, la reazione individuale dipende dal proprio stato d'animo, che quando non è in equilibrio può condizionare lo stato di salute, fino all'instaurarsi della condizione patologica, se si modifica questo stato d'animo si ha una trasformazione globale e un ritorno all'equilibrio.

Gli animali in genere si curano in due modi, con il riposo e con il digiuno, e se possono si procurano delle erbe per potersi purgare, in tutti gli essere viventi c'è la capacità di autocurarsi.

Il fiore è la parte della pianta che provvede all'impollinazione e alla riproduzione della specie, il fiore si trasforma nel frutto, che contiene il seme garante della continuità genetica

Con i suoi colori, la forma e il suo profumo, il fiore ha la funzione di attirare l'attenzione, non solo degli insetti ma anche dell'uomo, parlano il linguaggio dei simboli, attraverso la loro bellezza.

Secondo Bach ogni fiore è portatore di un messaggio ben definito, ha una qualità vibrazionale che influisce positivamente sul nostro stato d'animo, mettendoci nella giusta risonanza emotiva, scelse solo i fiori selvatici, carichi però di una speciale energia risanatrice

Scopri per primi i 12 guaritori, considerati i fiori fondamentali, e poi seguirono gli altri fiori di appoggio o di aiuto.

I primi fiori che scoprì furono **Mimulus** e **Impatiens**, per la paura e l'impazienza, poi trovò **Clematis** per l'indifferenza e la mancanza di coscienza, poi **Agrimony** per il tormento mentale, **Chicory** per l'estrema preoccupazione, **Vervain** per l'eccessivo entusiasmo, **Centaury** per la debolezza, **Cerato** per la sfiducia

di sé, **Scleranthus** per l'indecisione, **Water Violet** per l'orgoglio e la ritrosia, **Gentian** per il dubbio e lo scoraggiamento, **Rock Rose** per il panico.

I fiori di Bach sono di provenienza Inglese, e la preparazione è la seguente, si raccolgono con una pinzetta solo i petali, si mettono in una ciotola con dell'acqua per 3-4 ore al sole, quando appaiono le bollicine e i fiori cominciano a scolorire è il segno che la loro energia è passata nell'acqua, a quel punto, si tolgono di nuovo i petali con una pinzetta e si travasa l'acqua in contenitori di vetro ai quali si aggiunge del brandy, In genere questo è il sistema di preparazione dei 12 guaritori, gli altri 19 fiori vengono preparati, mettendo i petali in una pentola, o in acciaio, o in smalto, della capienza di circa due litri, si pongono i petali del fiore, non oltrepassando la metà della capienza della pentola, si copre e si lascia bollire per 30 minuti, se occorre con un ramoscello della stessa pianta si spingono in giù i fiori che non vanno toccati con nessun altro utensile, Si lascia raffreddare e poi si versa il liquido in un recipiente, si può travasare tutte le volte finchè l'acqua rimanga trasparente, senza sedimenti, a questo punto si aggiunge il brandy.

In commercio si trovano i flaconcini di ciascuna essenza da 10 ml.

## **METODI DI ESTRAZIONE DELLE ESSENZE DEL SOLE, DELLA BOLLITURA**

I fiori di Bach sono di provenienza Inglese, e la preparazione è la seguente, escluso l'acqua di Roccia (Rock Water)

- a. o con il metodo del **SOLE** (esposizione al sole)

(Centaury, Cerato, Chicory, Clematis, Gentian, Gorse, Heather, Impatiens, Mimulus, Oak, Olive, Rock Rose, Scleranthus, Vervain, Vine, Water Violet, White Chestnut, Wild Oat,

Si raccolgono con una pinzetta solo i petali dei fiori durante una bella giornata di Estate o di sole ma senza nubi, quando il sole è molto caldo, si mettono in una ciotola di vetro con dell'acqua di sorgente ( possibilmente attinta nelle vicinanze del luogo di crescita della pianta) , è sufficiente che i fiori ricoprano la superficie dell'acqua, e a questo punto si espone il contenitore al sole, per 3-4 ore al sole, secondo Bach il sole trasferisce le vibrazioni del sole all'acqua, che funge da elemento mediatore e in questo modo ne risulta energeticamente carica.

Quando appaiono le bollicine e i fiori cominciano a scolorire è il segno che la loro energia è passata nell'acqua, a quel punto, si tolgono di nuovo i petali con una pinzetta, nella soluzione del contenitore si aggiunge come conservante una pari quantità di alcol, del brandy, e poi si travasa l'acqua in contenitori di vetro da 10 ml , questi contenitori serviranno da base per le preparazioni successive.

Infatti il preparato delle boccette, per la cura, verrà usato in piccolissime dosi e diluito.

In genere questo è il sistema di preparazione dei fiori guaritori, ma poiché non tutti i fiori crescono nella stagione calda, Bach utilizzò anche un altro metodo:

- b. quello della **BOLLITURA**,

( Aspen, Beech, Cherry Plum, Chestnut bud, Crab Apple, Elm, Holly, Honeysuckle,

Hornbeam, Larch, Mustard, Pine, Red Chestnut, Star of Bethlehem, Sweet Chestnut,  
Walnut, Wild Rose, Willow)

le gemme vengono raccolte come nel primo metodo, poi bollite a lungo, filtrate più volte e alla fine mescolate con pari quantità di alcol per la conservazione e poi si mette in contenitori da 10 ml,

In questo modo, vengono preparati gli altri fiori, mettendo le gemme in una pentola, o in acciaio, o in smalto, della capienza di circa due litri, si pongono le gemme, non oltrepassando la metà della capienza della pentola, si copre e si lascia bollire per 30 minuti, se occorre con un ramoscello della stessa pianta si spingono in giù i fiori che non vanno toccati con nessun altro utensile, Si lascia raffreddare e poi si versa il liquido in un recipiente, si può travasare tutte le volte finché l'acqua rimanga trasparente, senza sedimenti, a questo punto si aggiunge il brandy. In commercio si trovano i flaconcini di ciascuna essenza da 10 ml.

## **CI POSSONO ESSERE EFFETTI INDESIDERATI ?**

Se si prende un rimedio che non è adatto, non succede assolutamente nulla e non si avranno effetti collaterali, in realtà il fiore semplicemente non agisce, se qualche piccola reazione o sensazione di "stranezza" si può provare dopo l'assunzione del rimedio, in genere questa è dovuta ad una sorta di resistenza, un alibi inconscio di non voler guarire, perché guarire richiede un impegno, un atto di volontà, di responsabilità, e qualche volta si è restii ad abbandonare certe situazioni, anche se si sa che ci fanno male, per paura del nuovo e delle nuove responsabilità.

Spesso all'inizio di un percorso di analisi o di autoanalisi non è facile far emergere i propri lati "ombra", e soprattutto non è facile accettarli, elaborarli ed integrarli.

I fiori di Bach siccome agiscono a livello energetico e non direttamente sulla cellula, si possono dare con sicurezza a bambini, donne in gravidanza e allattamento, a persone in cura con farmaci, in qualsiasi circostanza in cui ce ne sia necessità.

Non hanno effetto placebo, in quanto è dimostrato che agiscono efficacemenete su bambini, animali e piante.

## SCHEMA DEI 38 RIMEDI

### più il Rimedio di Emergenza ( 39) Rescue Remedy

La trattazione per evidenti ragioni di spazio, può essere solo sommaria :

<b>FIORE</b>	<b>EMOZIONE NON IN EQUILIBRIO</b>	<b>RIARMONIZZAZIONE</b>
<p>1- <b><u>AGRIMONY</u></b> (Agrimonia) Per chi ha orrore per i litigi, dispute, competizioni. Persone elusive. Tormento nascosto agli altri. Si preferisce sopportare senza lamenti per farsi accettare dagli altri..</p> <p>Possibili sintomi fisici." Mal di testa, insonnia, tic nervosi. Ansia con oppressione al petto. Anoressia, bulimia. Digrignare i denti nel sonno. Dipendenza da psicofarmaci, alcool, droghe</p>	<p>Inquietudine interiore che non si mostra agli altri, il fiore dell'ansia e delle dipendenze, fuga dai confronti e dalle tensioni</p>	<p>Si trova pace e serenità con se stessi e gli altri</p> <p><b>SINCERITA'</b></p> <p><b>Dall'armonia apparente, alla pace interiore</b></p>
<p>2 - <b><u>ASPEN</u></b> (Pioppo) Paura di origine sconosciuta. Senso di premonizione. percezione delle sensazioni altrui. Stati di angoscia improvvisa. Incubi che impediscono di addormentarsi.</p> <p>Possibili sintomi fisici: Tremori e sudori nel sonno. Paura di addormentarsi .Tachicardia. Allucinazioni. Nausea. Problemi sessuali.</p>	<p>Paure vaghe, dell'ignoto, angoscia inspiegabile, presentimenti</p>	<p>Sicurezza e capacità di farsi valere, dona protezione</p> <p><b><u>SENSIBILITA'</u></b></p> <p><b>Dall'oscuro presentimento alla percezione consapevole</b></p>
<p>3 - <b><u>BEECH</u></b> (Faggio) Intolleranza. Fastidio per le imperfezioni e gli errori altrui. Gusto per la critica. Quando si danno giudizi drastici sul prossimo.</p> <p>Possibili sintomi fisici: Irritazioni e stati infiammatori. Disturbi gastrointestinali. Inappetenza o sregolatezza con il cibo.</p> <p>Allergie</p>	<p>Criticare eccessivamente, intolleranza, carenza di umiltà. si lamenta sempre degli altri, persona solitaria, ipercritico, arrogante, rigido</p>	<p>Empatia, profondità</p> <p><b>TOLLERANZA</b></p> <p><b>Dalla presunzione alla comprensione</b></p>
<p>4 - <b><u>CENTAURY</u></b> (Cacciafebbre) Servire gli altri per sentirsi amati. Sottomissione, Si perde di vista lo scopo della propria vita. Ci si affatica troppo per far piacere agli altri. Non si riesce a reagire e si dice sempre di sì. Difficoltà a discriminare.</p>	<p>Disponibilità eccessiva, volontà debole, non si riesce a dire di no alle richieste altrui, amore incondizionato, dettato dal puro altruismo, persona sottomessa, timida, con scarsa forza di volontà</p>	<p>Rafforza la personalità</p> <p><b>SERVIZIO</b></p> <p><b>Dall'aiuto passivo all'aiuto attivo</b></p>

<p>Possibili sintomi fisici: Pallore. Stato di stanchezza continuo. Non si confessa mai di essere stanchi e di aver bisogno di riposo .</p>		
<p>5 - <b>CERATO</b> (Piombaggine) Insicurezza nelle decisioni. Si dubita delle proprie idee e delle proprie intuizioni. Incapacità di portare a termine ciò che si è deciso. Si chiede sempre il parere altrui.</p> <p>Possibili sintomi fisici: Ansia, stress, tic nervosi.</p>	<p>insicurezza su tutto, e più cose, indecisione, sfiducia nelle proprie intuizioni , la persona non si fida di sé e deve chiedere sempre agli altri, necessità di conferme esterne</p>	<p>Chiarezza nelle scelte e nell'azione</p> <p>INTUIZIONE</p> <p><b>Dalla confusione alla sicurezza interiore</b></p>
<p>6 - <b>CHERRY PLUM</b> ( Ciliegio Selvatico) Paura di perdere il controllo, di impazzire. Si compiono atti inconsulti; ire forti e improvvise. Controllo eccessivo su se stessi per la paura di perderlo.</p> <p>Possibili sintomi fisici: Calma forzata apparente. Si grida nel sonno. Tensione muscolare</p>	<p>Paura di perdere il controllo, sull'orlo di una crisi di nervi, urla per chiedere aiuto, ha il terrore della pazzia, nei casi gravi, impulsi violenti e furia omicida</p>	<p>Serenità, tranquillità interiore</p> <p>TRANQUILLITA'</p> <p><b>Dalla tensione alla distensione</b></p>
<p>7 - <b>CHESTNUT BUD</b> (Gemme di Ipocastano)</p> <p>Si ripetono sempre gli stessi errori. Incapacità di maturare e trasformarsi grazie alle esperienze già fatte. Scarsa capacità di apprendimento e di concentrazione.</p> <p>Possibili sintomi fisici: Cefalee strutturate sempre nello stesso modo .Acne, gastriti. Deconcentrazione .</p>	<p>coazione a ripetere, difficoltà ad apprendere le lezioni della vita, non si riescono ad elaborare le esperienze, si rifanno gli stessi sbagli, scarsa attenzione, atteggiamenti ripetuti</p>	<p>Concentrazione, integrazione delle esperienze vissute</p> <p>APPRENDIMENTO</p> <p><b>Dalla superficialità all'esperienza</b></p>
<p>8 - <b>CHICORY</b> (Cicoria selvatica)</p> <p>Tendenza al possesso affettivo per mantenere assicurato l'oggetto di amore, bisogno primario di essere amati. Possessività. Tendenza a</p>	<p>si manipola l'affetto altrui, e si è delusi se non si è corrisposti, amore condizionato. possessività, egoismo, ci si intromette nelle questioni dei propri cari, si esige attenzione costante, non si sopporta la solitudine, persona egoista, irritabile, si ammala pur di costringere gli altri a stargli accanto per forza, ricatto morale,</p>	<p>Capacità di amare e di occuparsi degli altri in modo spontaneo</p> <p>SENTIMENTO MATERNO</p>

<p>manipolare gli altri. Sensazione di non essere amati da nessuno.</p> <p>Possibili sintomi fisici:</p> <p>Depressione. Blocchi energetici. Rigidità della schiena. Disturbi al cuore o al sistema linfatico.</p>	<p>autocompatimento</p>	<p><b>Dall'amore esigente all'amore tollerante</b></p>
<p>9- <b>CLEMATIS</b> (Clematide)</p> <p>Si è assenti e/o sognatori, mancanza di concretezza, mancanza di interesse per la vita presente. Distrazione, idealismo</p> <p>Possibili sintomi fisici:</p> <p>Sensazione di testa svuotata. Scarsa memoria. Mani calde e sudate. Frequente perdita dell'equilibrio. Inclinazione agli incidenti.</p>	<p>sognatore, scarso senso della realtà, persona distratta, priva di senso pratico, priva di energie, ama dormire, si rifugia nel suo guscio pur di non affrontare la vita, manca di concentrazione</p>	<p>Creatività pratica e produttiva</p> <p>REALTA'</p> <p><b>Dalla fuga dalla realtà alla organizzazione della realtà</b></p>
<p>10 - <b>CRAB APPLE</b></p> <p>(Melo selvatico)</p> <p>Senso di sporco. Necessità di depurazione. Vergogna. Si ha bisogno di liberarsi di qualcosa rimasto nell'inconscio. Intossicazione da farmaci o alcol.</p> <p>Possibili sintomi fisici: Dermatiti, eczemi; problemi di pelle in genere. Intossicazione;</p> <p>difficoltà di digestione. Infezioni. Calcoli biliari</p>	<p>il fiore della purificazione fisica e interiore, quando si crede di avere qualcosa di sporco, perfezionista, rifiuto del proprio aspetto fisico</p>	<p>Accettazione del proprio corpo, serenità</p> <p>PURIFICAZIONE</p> <p>-</p> <p><b>Dalla non accettazione di sé alla accettazione di se stessi</b></p>
<p>11 - <b>ELM</b>(Olmo) Scoraggiamento. Sensazione di non farcela, di non essere all'altezza del compito. Sfinimento per troppa responsabilità.</p> <p>Possibili sintomi fisici.. Spossatezza alternata a nervosismo. Dolori in genere. Insonnia</p>	<p>si pensa di non essere all'altezza delle proprie responsabilità, momentaneo scoraggiamento, troppi impegni</p>	<p>Concretezza ed equilibrio</p> <p>RESPONSABILITA'</p> <p>-</p> <p><b>Dallo scoraggiamento alla fiducia in se stessi</b></p>
<p>12 - <b>GENTIAN</b> (Genzianella)</p>	<p>insicurezza, pessimismo, scetticismo</p>	<p>Capacità di affrontare gli ostacoli,</p>

<p>Depressione e scoraggiamento per cause note. Ogni piccolo insuccesso causa insicurezza e pessimismo. Scetticismo. Incapacità di accettare le fasi alterne della vita.</p> <p>Possibili sintomi fisici: Depressione, ipocondria, stati di malumore .</p>	<p>non si tenta nemmeno di agire per paura di non riuscire, persona scoraggiata, ha un atteggiamento negativo</p>	<p>sicurezza</p> <p>FEDE</p> <p>-</p> <p><b>Dal dubbio alla fiducia</b></p>
<p>13 - <b><u>GORSE</u></b> (Ginestra) Atteggiamento ambiguo: ci si fa convincere a tentare ancora, ma si dice che non c'è niente da fare. Ci si arrende, pur rifiutando ciò che è accaduto.</p> <p>Possibili sintomi fisici. Pallore, occhiaie. Malattie croniche come per esempio( tosse nervosa, rifiuto del cibo).</p>	<p>Si pensa che tutto è inutile, manca di speranza, insicurezza a causa della rassegnazione, (perdita di speranza)</p>	<p>Forza d'animo, capacità di affrontare le situazioni</p> <p>SPERANZA</p> <p>-</p> <p><b>Dalla rinuncia all'impegno</b></p>
<p>14 - <b><u>HEATHER</u></b> (Erica)</p> <p>Paura della solitudine. Egocentrismo, narcisismo. Bisogno di parlare. Possibili sintomi fisici. Malattie immaginarie. Insonnia. Ipocondria</p>	<p>non si sopporta stare da soli, logorrea, eccessiva loquacità, egoismo ed egocentrismo, lamentoso, parla di se ma non ascolta gli altri, detesta la solitudine, ma a causa del suo carattere viene evitato</p>	<p>Accettazione della vita, empatia con gli altri</p> <p>IDENTITA'</p> <p><b>Da bambino esigente ad adulto maturo</b></p>
<p>15 - <b><u>HOLLY</u></b> (Caprifoglio) Ammirazione distorta per gli altri, e continuo confronto. Disamore di se. Gelosia, vendetta, sospetto, invidia.</p> <p>Possibili sintomi fisici.. Depressione. Insonnia.</p>	<p>si irrita facilmente è apertamente geloso, e prova odio, invidia, collera, diffidenza, malumore e rabbia verso gli altri, spesso soffre senza motivo</p>	<p>Comprensione, amore, calma</p> <p>DISPONIBILITA'</p> <p>-</p> <p>Dalla durezza alla generosità</p>
<p>16 - <b><u>HONEYSUCKLE</u></b> ( Caprifoglio)</p> <p>Si vive nel passato e si è troppo condizionati dai ricordi belli o brutti che siano. Nostalgia. Senso di scoramento per ambizioni non realizzate. Perdite sentimentali che non si riesce ad accettare. Difficoltà a distaccarsi da luoghi o persone amate.</p>	<p>ancorati al passato, scarso senso del presente, nostalgia, vive nel rimpianto, non ha interesse nel presente</p>	<p>Integrazione delle esperienze passate, interesse per il presente</p> <p>PASSATO</p> <p>-</p> <p><b>Da ieri a oggi</b></p>

<p>Possibili sintomi fisici.</p> <p>" Depressioni frequenti. Pianto. Stato di sonnolenza. Ci si ammala frequentemente."</p>		
<p>17 - <b><u>HORNBEAM</u></b> (Carpino) Stanchezza mentale che si ripercuote sul fisico. sensazione di carico mentale. Sforzo per compiere il proprio dovere pur non sopportando la routine quotidiana.</p> <p>Possibili sintomi fisici:</p> <p>Pesantezza di testa. Problemi agli occhi. Stati di affaticamento .</p>	<p>Insicurezza per mancanza di energia si pensa di non resistere e di non poter far fronte agli impegni quotidiani, stanchezza mentale, preoccupazioni, per chi è incapace temporaneamente di affrontare il presente, stanchezza mentale, scarso interesse per la quotidianità</p>	
<p>18 - <b><u>IMPATIENS</u></b></p> <p>(Non mi toccare)</p> <p>Impazienza, irritabilità, agitazione. Difficoltà di adattamento alle situazioni e a lavorare con gli altri.</p> <p>Possibili sintomi fisici: Disturbi digestivi. Crampi e tensioni muscolari. Insonnia. Incapacità a rilassarsi .</p>	<p>Impazienza, frenesia, il proprio ritmo interiore è più veloce di quello degli altri, irritabile, nervoso, tutto va fatto di fretta, tensione mentale, preferisce farsi le cose da solo</p>	<p>Rispetto degli altri, pazienza, profondità</p> <p>TEMPO</p> <p>-</p> <p>Dall'impazienza alla pazienza</p>
<p>19 - <b><u>LARCH</u></b> (Larice)</p> <p>Senso di inferiorità. Sfiducia in se stessi e mancanza di autostima. Timore angoscioso di fallire.</p> <p>Possibili sintomi fisici: Tendenza ad assumere farmaci o alcol. Malumori frequenti</p>	<p>per la insicurezza nelle proprie capacità senso di inferiorità, paura di sbagliare, mancanza di fiducia in se stessi, falsa modestia, ammira gli altri ma per paura di un insuccesso, non si mette in gioco</p>	<p>Coraggio , sicurezza nelle proprie capacità</p> <p>AUTOSTIMA</p> <p>Dall'autolimitazione all'espansione</p>

<p>20 - <b><u>MIMULUS</u></b> (Mimmolo) Paura. la cui origine è conosciuta (malattie, incidenti, povertà, buio, paura di rimanere soli, degli avvenimenti avversi, dei ragni, ecc.). Fobie (claustrofobia, agorafobia, ecc.). Timidezza. Paura del giudizio degli altri.</p> <p>Possibili sintomi fisici: Sudorazioni</p>	<p>paura di cose concrete, timidezza, insicurezza, ,balbuzie</p>	<p>Coraggio, saggezza interiore e sensibilità</p> <p>CORAGGIO</p> <p>-</p>
---	--	--

<p>eccessive" Tachicardia. Balbuzie. Rossore improvviso.</p>		<p><b>Dalla paura del mondo alla fiducia nel mondo</b></p>
<p>21-<b>MUSTARD</b> (Senape selvatica) Tristezza profonda ed inspiegabile. Malinconia. Depressione per cause sconosciute. Introversione.</p> <p>Possibili sintomi fisici. Senso di pesantezza interiore che si localizza spesso nello stomaco nel plesso solare. Depressione profonda. Calo di energia. Riflessi lenti.</p>	<p>Malinconia profonda senza una reale causa che va e che viene, depressione, abbattimento</p>	<p>Forza interiore, fiducia</p> <p>LUCE</p> <p>-</p> <p><b>Dal dolore spirituale alla forza d'animo</b></p>
<p>22-<b>OAK</b> (Quercia)</p> <p>Ostinazione e perseguimento dell'obbiettivo a tutti i costi. Scoraggiamento malgrado il quale si combatte. Senso di oppressione. Non si percepiscono i segnali del corpo che sta esaurendo le forze.</p> <p>Possibili sintomi fisici." Giramenti di testa, collassi nervosi, svenimenti. Sudorazione alle mani. Ansia.</p>	<p>Il lottatore che non smette mai di combattere, si spezza ma non si piega, non si dà mai per vinto, non risparmia le proprie forze, eccessivo senso del dovere, stanchezza</p>	<p>Rispetto di se stessi, forza</p> <p>TENACIA</p> <p>-</p> <p><b>Da guerriero del dovere a guerriero della pace</b></p>
<p>23-<b>OLIVE</b> (Olivo)</p> <p>Esaurimento psicofisico quando si lavora o si dà troppo per cui si rimane senza energia.</p> <p>Possibili sintomi fisici: Sensazione continua di sonnolenza. Problemi renali. Disturbi intestinali. Asma nervosa. Ricorso a psicofarmaci</p>	<p>fisicamente e spiritualmente senza energie, sfinimento fisico e psichico, astenia, esauriti, manca il soffio vitale, non piace più quello che prima si amava tanto</p>	<p>Forza fisica e mentale, vitalità</p> <p>RIGENERAZIONE</p> <p>-</p> <p>Dall'esaurimento alla vitalità</p>
<p>24-<b>PINE</b> (Pino)</p> <p>Autocritica eccessiva. Sensi di colpa. Insoddisfazione per i risultati ottenuti. A volte si prende su di sé anche la responsabilità altrui.</p> <p>Possibili sintomi fisici. Ansia alternata a malinconia. Forti forme di masochismo.</p>	<p>sensi di colpa, inadeguatezza, ci si rimprovera, ci si accusa perfino degli errori altrui, non si accontenta mai dei risultati raggiunti</p>	<p>Autoaccettazione, perdono di sé stessi</p> <p>ACCETTAZIONE</p> <p>-</p> <p><b>Dal disprezzo di sé al rispetto di sé</b></p>
<p>25-<b>RED CHESTNUT</b></p>	<p>paura che possa accadere qualcosa di grave ai propri cari, ansia da anticipazione, pensieri negativi che</p>	<p>Sicurezza degli affetti, autonomia emotiva</p>

<p>( Castagno rosso)</p> <p>Comportamento troppo ansioso e iperprotettivo. Paura e preoccupazione eccessiva per chi si ama..</p> <p>Possibili sintomi fisici. Turbe nervose. Stati emotivi di grande agitazione. Mal di testa. Crampi allo stomaco.</p>	<p>alla fine portano il danno temuto</p>	<p>INDIPENDENZA</p> <p>-</p> <p><b>Dalla simbiosi affettiva all'autonomia</b></p>
<p>26-<b>ROCK ROSE</b> (Eliantemo) ) Situazioni di emergenza che provocano grande angoscia e terrore (spavento, incidente, incubi). Paura della morte. Paura di star male.</p> <p>Possibili sintomi fisici: Panico, Collassi nervosi. Irrigidimento del corpo e perdita della parola.</p> <p>L 'effetto del fiore è immediato; è un vero pronto soccorso.</p>	<p>Paura panico, terrore, incubi che bloccano</p>	<p>Rigenerazione nervosa, calma</p> <p>PROGRESSO</p> <p>-</p> <p>Dal panico al coraggio</p>
<p>27-<b>ROCK WATER</b></p> <p>(Acqua di roccia)</p> <p>Ci si pone come esempio agli altri. Si fa qualsiasi sacrificio per raggiungere uno scopo. Rigidità morale</p> <p>Possibili sintomi fisici. Problemi digestivi. Ulcere gastroduodenali. Epatosi.</p>	<p>rigidità, inflessibilità, repressione, rinuncia all'apertura, mentalità rigida, egoisti nella loro tensione alla perfezione, eccessiva autodisciplina</p>	<p>Accettazione della vita, flessibilità</p> <p>INDULGENZA</p> <p>-</p> <p><b>Dal dogma della disciplina alla tolleranza</b></p>
<p>28-<b>SCLERANTHUS</b></p> <p>(Scleranto o fiore secco) Difficoltà a scegliere tra due cose. Si torna sulle proprie decisioni, ma non si chiede consiglio agli altri. Alternanza. instabilità emotiva.</p> <p>Possibili sintomi fisici. Cefalee. Ciclo mestruale irregolare. Mal d'auto. Vertigini. Fragilità nervosa.</p>	<p>Insicurezza tra due cose, indecisione tra due possibilità, incertezza dualismi posti all'estremo, altalenante, manca di equilibrio, spesso soffre negli spostamenti d'auto, per mare, per aereo</p>	<p>Forza decisionale, capacità di scelta</p> <p>EQUILIBRIO</p> <p>-</p> <p><b>Dal dissidio interiore all'armonia</b></p>
<p>29-<b>STAR OF BETHLEHEM</b> (Stella</p>	<p>per i traumi non superati, shock</p>	<p>Si integrano gli eventi traumatici,</p>

<p>di Betlemme o Latte di gallina)</p> <p>Fiore di pronto soccorso da utilizzare come rimedio per qualsiasi tipo di shock, fisico o psichico. Antitraumatico. Rimuove ogni trauma anche quelli inconsci. Si dà per alleviare una forte sofferenza dovuta alla morte di qualcuno. Ottimo per le mestruazioni dolorose. Sana le ferite interiori.</p>		<p>ritrovando la forza</p> <p>CONSOLAZIONE</p> <p>-</p> <p>Dal trauma alla serenità</p>
<p>30-<b>SWEET CHESTNUT</b> (Castagno -Ippocastano dolce)</p> <p>Ci si sente al limite della capacità di sopportazione. Ci si isola dagli altri. Avvenimenti esterni vissuti in maniera dolorosa.</p> <p>Possibili sintomi fisici.' Esaurimento nervoso. Improvvisa perdita di capelli. Calvizie improvvise.</p>	<p>Disperazione, non si vede una via d'uscita, spaventosa, insostenibile, la morte dell'anima, angoscia totale, si è raggiunto il limite, non si trova più il proprio centro interiore, non si nutre nessuna speranza</p>	<p>Capacità di trasformare e ritrovare la luce</p> <p>LIBERAZIONE</p> <p>-</p> <p>Dalla notte dell'anima alla luce</p>
<p>31-<b>VERVAIN</b> (Verbena) Intolleranza per le idee e opinioni altrui. Eccesso di entusiasmo. Intolleranza esasperata per le ingiustizie. Stato di tensione o eccitazione.</p> <p>Possibili sintomi fisici</p> <p>Mal di testa. Insonnia dovuta a ipereccitazione mentale. Isterismo. Tensione fisica associata a tic nervosi</p>	<p>tensione della persona entusiasta o piena di se che pretende troppo dalle proprie forze, stress da eccessi, tensione che non fa rilassare e provoca insonnia, fanatico, perfezionista, eccitabile</p>	<p>Calma e attenzione verso i bisogni degli altri</p> <p>ENTUSIASMO</p> <p>-</p> <p><b>Dalla volontà di cambiare il mondo a considerare i punti di vista altrui</b></p>
<p>32-<b>VINE</b> (Vite)</p> <p>Volontà inflessibile e tendenza al dominio. Grande ambizione spesso esagerata. Autoritarismo. Egoismo. Avidità</p> <p>Possibili sintomi fisici: Cardiopatie. Pressione alta. Inappetenza. Insonnia, Magrezza eccessiva.</p>	<p>il fiore della persona autoritaria che impone la sua volontà a tutti i costi senza rendersi conto dell'opinione altrui, invadente, inflessibile, con il suo potere domina gli altri, esige obbedienza assoluta, è una persona orgogliosa, aggressiva, è tirannico, dittatore, crudele,privo di compassione,domina con disciplina ferrea, ambizione, desiderio di dirigere tutto e tutti</p>	<p>Carisma, rispetto e amore</p> <p>AUTORITA'</p> <p>Guidare e lasciarsi guidare</p>
<p>33-<b>WALNUT</b> (Noce)</p> <p>Ci si lascia spesso condizionare dalle idee altrui. Di fronte ai cambiamenti ci si può sentire disorientati. Incostanza. Utile in tutte le fasi di cambiamento come dentizione, pubertà, gravidanza, menopausa. È un rimedio che protegge dalle influenze</p>	<p>difficoltà e scarsa capacità ad accettare e ad adeguarsi i cambiamenti e le fasi critiche della propria vita, si è ipersensibili alle influenze esterne</p>	<p>Protezione, flessibilità ed accettazione del nuovo</p> <p>TRASFORMAZIONE</p>

esterne		-  <b>Dalla influenzabilità alla saldezza interiore</b>
34- <b><u>WATER VIOLET</u></b>  (Violetta d'acqua) Solitudine volontariamente cercata. Indipendenza. Riservatezza. Difficoltà a socializzare. Orgoglio. Senso di superiorità.  Possibili sintomi fisici. Malattie di tipo reumatico. Tensione muscolare e dolori alle ossa.	isolamento, introversione, si pensa di poter fare a meno degli altri, si pensa di poter affrontare meglio da soli le difficoltà, orgoglio, alterigia, distacco, si è sprezzanti, rigidità mentale, senso di superiorità	Partecipazione, simpatia  COMUNICAZIONE  -  Dall'isolamento alla condivisione
35- <b><u>WHITE CHESTNUT</u></b> (Ippocastano bianco)  Pensieri che tormentano e ritornano persistenti anche se indesiderati. Dialogo interiore. Tortura mentale.  Possibili sintomi fisici: Insonnia. Cefalea.	pensieri ossessivi, ricorrenti, che non si riesce a scacciare via, idee fisse,  fatica mentale	Chiarezza nel pensiero, tranquillità  PENSIERO  <b>Dalla confusione alla quiete interiore</b>
36- <b><u>WILD OAT</u></b> (Avena selvatica) Incertezza nell'individuare la strada da percorrere. Mancanza di vocazione certa. Senso di frustrazione.  Possibili sintomi fisici: Instabilità emotiva. Irritabilità	per chi non sa cosa fare nella vita, incerto della strada da intraprendere, dispersione, scarsa capacità di scelta	Si scopre il proprio valore e la propria missione  VOCAZIONE  -  Dalla ricerca alla scoperta
37- <b><u>WILD ROSE</u></b> (Rosa selvatica) Ci si rassegna senza lottare. Apatia. Indifferenza. Fatalismo.  Possibili sintomi fisici: Stanchezza. Abulia	Apatia, scarso interesse, annoiati, rassegnati al proprio destino, senza vitalità, è una persona noiosa	Decisione, motivazione, gioia anche nella routine  VOGLIA DI VIVERE  <b>Dalla rinuncia alla partecipazione</b>
38- <b><u>WILLOW</u></b> (Salice)  Autocommiserazione. Amarezza. Risentimento. Rancore.  Possibili sintomi fisici: Gastriti. Oti.	amarezza, rancore, risentimento, pensa che il destino lo abbia trattato ingiustamente, non ha interesse per gli altri, si lamenta solo	Si guida il proprio destino senza incolpare gli altri di quello che accade, ottimismo  DESTINO

Ulcere gastriche.		-  <b>Dal dare colpe al destino ad assumersi la responsabilità</b>
39- <b><u>RESCUE REMEDY</u></b>  Impatiens, Star of Bethlehem, Cherry Plum, Rock Rose, Clematis Il trentanovesimo rimedio composto dallo stesso Bach,  si dà per ogni caso di emergenza; è un rimedio di pronto soccorso da portare sempre con se. È utile somministrarlo in caso di incidenti, cattive notizie, mal di testa improvvisi, ecc. Se preso ripetutamente, a breve distanza tra una dose e l'altra, blocca crisi asmatiche e riniti allergiche In caso di incidente o svenimento si massaggino: le gengive, le labbra, dietro le orecchie e i polsi.	rimedio d'emergenza  Uso esterno: in crema  ferite, escoriazioni, scottature, punture, distorsioni	

## FIORI DI BACH

### VITA DI EDWARD BACH (1886-1936)

Edward Bach, medico, batteriologo ed immunologo, nasce il 24 Settembre 1886 a Moseley un paesino nei dintorni di Birmingham, nella contea dello Warwickshire, in una famiglia della borghesia gallese.

Fu fin da piccolo sensibile alla natura e alla sofferenza umana e già ad otto anni manifestò il desiderio di diventare medico. Prima della Laurea in medicina lavora per un periodo presso la fonderia del padre prima di affrontare gli studi e si ritrova a contatto con una realtà dove la malattia era un vero problema ( è il periodo della Rivoluzione industriale Inglese , e le condizioni di lavoro erano a quel tempo pessime ).

Si laurea prima a Birmingham poi a Londra dove inizia la pratica medica.

E' un medico affermato e di successo, i pazienti aumentano ma egli si sente sempre più insoddisfatto dei risultati delle sue cure. È soprattutto insoddisfatto di come la medicina che gli è stata insegnata presti troppa poca attenzione allo studio della personalità degli ammalati, concentrando tutto sul corpo fisico, si rende conto che la medicina ortodossa non fa per lui

Tanto più che nota (e questo sarà fondamentale in seguito) come una stessa terapia non sempre cura gli stessi sintomi in ogni paziente; anzi, in una stessa sintomatologia dando lo stesso rimedio, si hanno molti tipi di reazioni diverse.

Ma d'altra parte osserva anche come certi pazienti con carattere e personalità simile spesso reagiscono allo stesso modo ad un dato sintomo.

Insomma la personalità individuale è di gran lunga più importante dei sintomi fisici per la cura della malattia.

Tutto ciò lo spinge a ricercare altri metodi di cura e per questo, si avvicina alla Scuola Immunologica; diviene assistente batteriologo dell'University College Hospital ove ottiene brillanti risultati di ricerca scientifica .

Arriva la prima guerra Mondiale e mentre lavora come medico dirigente in una stazione di feriti, nel 1917 muore la giovane moglie di difterite, dopo questo grave lutto, Edward Bach si ammala e gli viene diagnosticato un tumore alla milza, con una prognosi di soli 3 mesi.

Del resto la milza è un organo collegato al sangue, alla vita e non è un caso che una perdita così grave lo abbia fatto ammalare, come un desiderio sottile di lasciarsi andare, di lasciarsi morire anche lui. Ma morirà 19 anni dopo, nel 1936, solo dopo che la sua ricerca era davvero compiuta.

Proprio a causa di questa malattia Bach decide di abbandonare l'ospedale, ha un importante incontro con Hahnemann, il padre dell'Omeopatia, rimarrà nel suo ospedale fino al 1922, credendo di aver finalmente trovato qualcuno che la pensava come lui, ovvero che bisognava guarire " l'uomo" e non la malattia.

Nel London Homoeopathic Hospital, Bach darà il suo importante contributo personale.

Interpretando i precedenti lavori di ricerca di batteriologia in chiave omeopatica introduce 7 nuovi importanti nosodi.

I sette ceppi batterici intestinali sono il proteus, il dysenteriae, il morgan, il fecalis 'alcaligenes, il coli, il mutabile, il gaertner, Bach si rese conto che una alterata flora batterica era alla base di numerose malattie croniche. Ad esempio, i pazienti infestati dal Proteus erano essenzialmente nervosi, irritabili, con lo sguardo fisso.

Pur essendo riuscito ad associare determinati germi a specifiche personalità, ancora non si sente soddisfatto del suo impegno.

Cerca un metodo, dolce, alla portata di tutti, durante una gita nel Galles si lascia attrarre dal primo fiore Impatiens, era il 1928, e poi scoprirà Mimulus e Clematis che comincerà a somministrare con successo ai suoi pazienti.

Nel 1930 lascia tutto e si stabilisce nel Galles, nella antica casa dei nonni.

Fu aspramente criticato dalla classe medica per le sue ricerche e preferì , allora, cancellarsi dall'Ordine Medico, e farsi chiamare erborista, piuttosto che non obbedire alle risposte che stava trovando nella Natura.

Ha scritto pochi libri, che pubblicò a sue spese e sono "Guarire con i Fiori" che è l'insieme di due testi "Guarisci te stesso" e " I dodici Guaritori", "Libera te stesso" e "Essere se stessi".

Morirà nel settembre del 1936, dopo aver scoperto tutti i rimedi e con la serenità di aver assolto il suo compito su questa terra, a beneficio dell'umanità.

Egli scelse per il suo metodo piante che appartenessero ad un ordine evoluto superiore, né commestibili, né quelle già impiegate nella fitoterapia, né velenose, né coltivate, e scelse della pianta il fiore, perché quella è la parte dove si concentra tutta l'energia rigeneratrice della pianta. Per preparare i rimedi la scelta deve essere verso gli esemplari più belli, più vitali e più sani. I petali vanno raccolti al mattino ed immessi in acqua e irradiati dal sole.

"La Terra è il suolo che porta e sostiene la pianta, l'Aria è l'atmosfera che la nutre, il Sole è un fuoco che le permette di trasmettere i suoi poteri, l'Acqua è il mezzo che assorbe le sue benefiche forze curative e le conserva " ( Nora Weeks, assistente di Bach, e continuatrice della sua opera dopo la sua morte)

## Rimedi Tipologici e di Aiuto

### Rimedi Tipologici

I Rimedi Tipologici, che corrispondono a tratti ben definiti della personalità, sono chiamati anche " rimedi floreali di tipo, non prendere mai le classificazioni come tassative, nelle terapie energetiche occorre molta intuizione e flessibilità:

Agrimony Beech Centaury Cerato Cicory Clematis Crab Apple Gentian Heather Impatiens  
Larch Mimulus

Oack Scleranthus Vine Water Violet

### Aiuti

Aspen Cherry Plum Chestnut Bud Elm Gorse Holly Honeysuckle Hornbeam Mustard Olive  
Pine Red Chestnut

Rock Rose Rock Water Star of Bethlehem Sweet Chestnut Vervain Walnut White  
Chestnut Wild Oat

Wild Rose

## CLASSIFICAZIONE DEI RIMEDI SECONDO EDWARD BACH

### I 12 GUARITORI

I "Dodici guaritori" di E. Bach

Erano indicati per dodici stati d'animo negativi fondamentali, che era necessario riequilibrare. I 12 GUARITORI furono i primi ad essere scoperti da Edward Bach alla fine del 1930 e corrispondono a 12 stati d'animo. Come la paura, il terrore, la tortura mentale, l'indecisione, l'indifferenza e la noia, il dubbio e lo scoraggiamento, l'invasione, la debolezza, la scarsa fiducia in sé, l'impazienza, l'entusiasmo eccessivo, la solitudine, dai quali possono derivare disturbi fisici

I 12 guaritori sono essenze molto profonde che agiscono sui tratti di base della personalità, significa lavorare sul profondo ( mentre gli assistenti e gli aiuti consentono di agire sull'immediato) e una azione sul profondo è meglio affrontarla solo dopo aver risolto la questione contingente.

Bach individuò 12 stati d'animo che erano alla base della malattia ed erano, il ritegno, la paura, l'irrequietezza o la preoccupazione, l'indecisione, l'indifferenza, la debolezza, il dubbio, l'entusiasmo,

l'ignoranza, l'impazienza, il terrore, il dolore, ognuna di queste emozioni è il segnale della mancanza di libertà. Per guarire, non occorre rivolgersi alla ragione che è la massima concentrazione dei condizionamenti, ma alla Natura e in special modo ai Fiori, che sono la vita concentrata della pianta, che sono il SEME POTENZIALE, le sette tappe della guarigione sono la PACE, la SPERANZA, la GIOIA, la FIDUCIA, la CERTEZZA, la SAGGEZZA, l'AMORE.

Rock Rose per il terrore;

Mimulus per la paura;

Cerato per la sfiducia in se stessi;

Sclerantus per l'indecisione;

Gentian per lo scoraggiamento;

Centaury per la debolezza;

Water Violet per la solitudine;

Impatiens per la tensione;

Agrimony per la tortura mentale, sofferenza psichica

Chicory per l'invadenza;

Vervain per l'eccessivo entusiasmo.

Clematis per l'indifferenza.

Questi fiori corrispondono ad un TIPO SPECIFICO DI PERSONALITA' CONGENITA, identificano una precisa qualità dell'animo umano e sono considerati come FIORI BASE. La fase Cerato può essere ad esempio una fase transitoria, che nasce dal non conoscere, dall'ignoranza, e spesso questa insicurezza si dissolve quando si acquisisce la capacità di valutare e di decidere autonomamente.

## 7 AIUTI

Sembrano indicati per gli stati d'animo persistenti come i disturbi cronici o le patologie fisiche e mentali che si protraggono da tempo AIUTANO la persona a ritrovare il suo EQUILIBRIO :

1.Heather 2. Oak 3.Olive 4. Rock Water 5. Gorse 6. Vine 7. Wild Oat

spesso sono una cronicizzazione o una enfatizzazione di alcune caratteristiche individuali dei 12 fiori di base con le circostanze esterne.

## 19 ASSISTENTI :

Non sono in relazione con le caratteristiche della personalità,

1.Aspen 2. Beech 3.Cherry Plum 4. Chestnut Bud 5. Crab Apple 6. Elm 7. Holly 8. Honeysuckle 9. Hornbeam

10. Larch 11. Mustard 12. Pine 13. Red Chestnut 14. Star of Bethlehem 15. Sweet Chestnut 16. Walnut

17. Wild Rose 18. White Chestnut 19. Willow

# Fiori di Bach



Mimulus

## Un Fiore per ogni stato d'Animo

### CLASSIFICAZIONE DI EDWARD BACH DEI FIORI A SECONDA DELLA LORO AZIONE SULLE EMOZIONI

#### Un Fiore per ogni stato d'Animo

" Non c'è nessuna guarigione senza la pace e senza una sensazione di gioia interiore"  
(E.Bach)

Esiste uno stretto legame tra mente, corpo e spirito, se c'è un disagio nell'anima, a lungo andare questo rilascia delle sostanze energetiche e chimiche tossiche che possono far ammalare il nostro corpo. I fiori consentono di migliorare lentamente e nel tempo l'energia, attraverso una prima assimilazione nella circolazione sanguigna e successivamente si assestano a metà strada tra il sistema circolatorio e quello nervoso, dove avviene uno scambio elettromagnetico che va ad agire sia sull'energia vitale che sulla consapevolezza

La malattia ed il disagio interiore non si manifestano a caso, ma sono in qualche modo dei segnali che ci informano che in noi c'è disarmonia, e più che di farmaci avremmo bisogno di effettuare un cambiamento. Einstein disse che la materia e l'energia si compenetrano, e l'uomo vibra in tutto il suo essere di corpo e anima, microcosmo nel macrocosmo. Quando la vibrazione scende al di sotto di una certa frequenza, la persona comincia ad avere poca energia sia fisica che mentale. e questa vibrazione si abbassa anche negli organi fisici, come il cuore, i reni, il fegato, da qui i primi sintomi e la malattia vera e propria.

Il pensiero e l'energia e come tale influenza noi stessi e tutto quello che è intorno a noi, se negativo, ci allontana dalla salute; i pensieri negativi possono farci ammalare.

I fiori non modificano l'essenza del nostro essere, ma aggiungono ed accrescono una qualità positiva.

# CLASSIFICAZIONE DI EDWARD BACH

**PAURA E PANICO :**  
la paura blocca ogni iniziativa vitale

Aspen, Mimulus, Cherry Plum, Red Chestnut, Rock Rose

[Aspen](#) [Mimulus](#) [Cherry Plum](#) [Red Chestnut](#) [Rock rose](#)

## Fiori per la Paura

La paura e' una emozione che provoca in chi la prova, la sensazione che un dato evento possa arrecare, morte, perdita di qualcosa, dolore e sofferenza. Chi vive in una condizione di costante paura, teme per la propria incolumità, la causa e' essenzialmente radicata in un profondo egoismo ed attaccamento alle cose materiali, se invece si fosse centrati con sè stessi e con gli altri si capirebbe che non c'è nulla da temere.

**Aspen**, PAURE INSPIEGABILI, ANGOSCIA, PANICO, paura delle cose vaghe, ignote e strane che non si possono spiegare, come se qualcosa di minaccioso stesse per accadere senza sapere di cosa possa trattarsi

**Cherry Plum**, PAURA DI IMPAZZIRE, paura di se stessi, di perdere il controllo, quando la mente è sovraccarica e si ha paura di non reggere la tensione

**Mimulus** PAURE CONOSCIUTE, TIMIDEZZA, paura di cose ordinarie che possono coinvolgerci tutti, incidenti, malattia, aggravarsi dei sintomi, del buio, di essere soli, dei ladri, del fuoco, della povertà, degli animali, delle persone,

**Rock Rose**, PAURE IMPROVVISE PER UNA SITUAZIONE PRECISA, panico, terrore, grande emergenza pericolo,

**Red Chestnut** PAURE ED APPRENSIONE PER I FAMILIARI, paura che qualcosa di grave possa accadere ai nostri cari, un incidente se sono usciti o se sono in vacanza , anche solo per delle semplici malattie si pensa sempre che possano diventare disturbi seri, si teme il peggio e si anticipa qualcosa di negativo che possa accadere, è una apprensione esagerata

ROCK ROSE	MIMULUS	CHERRY PLUM
Paura folle, attacchi di panico	Paura delle cose note, fobie timidezza rossori	Paura di perdere il controllo commettere atti violenti enuresi incontinenza o eccessivo autocontrollo
ASPEN	RED CHESTNUT	
Paure inspiegabili ansia incubi tremori	Ansia da anticipazione, Paura e preoccupazione esagerata per i propri cari	

## DISPERAZIONE

### Fiori per lo Scoraggiamento

Crab apple, Elm, Larch, Pine, Oack, Star of Bethlehem, Sweet Chestnut, Willow

Crab Apple Elm Larch Oak Pine Star of Bethlehem

Willow Sweet chestnut

Lo scoraggiamento in genere deriva da sfiducia e da una scarsa considerazione delle nostre potenzialità.

**Crab apple** PURIFICAZIONE, disperazione per senso di impurezza, di sporco, vergogna della propria istintualità ,

**Elm** INSICUREZZA TEMPORANEA, scoraggiamento per le troppe responsabilità non ci si sente più all'altezza della situazione, stanchezza ,

**Larch** SENTIMENTI DI INFERIORITA', scoraggiato perchè manca di fiducia in sé

**Pine** SENSI DI COLPA, senso di colpa e inferiorità, scoraggiamento per sottovalutazione di se

**Oack** DETERMINAZIONE OLTRE IL LIMITE, depressione per stanchezza, per eccessivo attaccamento al dovere, instancabile senza lamentele ,

**Star of Bethlehem** disperazione in seguito a traumi psichici e fisici, a blocchi psicologici ,

**Sweet Chestnut** DISPERAZIONE PROFONDA, TOTALE, disperazione, angoscia, abbattimento ,

**Willow** ASTIO, RANCORE, RABBIA, rancore, amareggiato contro il destino, autocommiserazione

CRAB APPLE	ELM	LARCH
Senso di impurità, rifiuto di sé	Troppe responsabilità non si sente all'altezza della situazione, sensazione di non riuscire a reggere il peso degli impegni presi	Manca di fiducia in sé Complesso di inferiorità
PINE	OAK	STAR OF BETHLEHEM
Senso di colpa e di inferiorità	Eccessivo attaccamento al dovere, eccesso di senso di responsabilità	Traumi, angoscia da trauma affettivo o fisico
SWEET CHESTNUT	WILLOW	
Disperazione, angoscia estrema disperata	Rancore amareggiato contro il destino, risentimento e amarezza verso la vita	

## SOLITUDINE.

### Fiori per la Solitudine

#### Heather, Impatiens, Water Violet

[Water violet](#)   [Impatiens](#)   [Heather](#)

La solitudine rappresenta una condizione innaturale, in quanto l'uomo è nato per vivere in relazione con gli altri e con sé stesso.

**Heather** NARCISISMO, EGOISMO DISSIMULATO, egocentrico ha bisogno egoistico degli altri e di compagnia, ma si ritrova da solo perché gli altri mal lo sopportano

**Impatiens** INSOFFERENZA, IMPAZIENZA, RAPIDITA', non si sopporta la lentezza altrui, preferisce lavorare da solo, ha difficoltà di relazione

**Water Violet** RISERVATEZZA, DISTACCO, crede di non avere bisogno degli altri, senso di superiorità, di orgoglio, solitudine cercata ma alla fine crea disagio nei rapporti umani.

HEATHER	IMPATIENS	WATER VIOLET
Egocentrico ha bisogno di compagnia, ma non sa dare è noioso e la gente lo allontana	Ha troppa fretta preferisce lavorare in solitudine e secondo i suoi ritmi	So badare a me stesso non ho bisogno di nessuno
Incapacità a tollerare la solitudine sindrome del bambino bisognoso	Perdita di contatto con gli altri a causa del proprio ritmo accelerato	Isolamento autosufficiente

## DISINTERESSE VERSO IL PRESENTE, scarso senso della realtà

### APATIA

#### Fiori per scarso Interesse

Chestnut bud, Clematis, Honeysuckle,  
Mustard, Olive, White Chestnut, Wild Rose

[Clematis](#)   [Chesnut bud](#)   [Olive](#)   [Mustard](#)   [Wild Rose](#)

[Honeysuckle](#)   [White chesnut](#)

Alle volte non riusciamo ad avere interesse per il qui ed ora, e quindi ci possiamo sentire decentrati, le cause possono essere molteplici.

**Chestnut bud** RIPETIZIONE DEGLI STESSI ERRORI, SUPERFICIALITA', DISTRAZIONE INTERNA, RITARDO MENTALE, (non impara dalle esperienze)

**Clematis** DISTRAZIONE, FANTASIE, EVASIONE, sogna ad occhi aperti, ( si estranea dal presente, proiettato nel futuro)

**Honeysuckle** NOSTALGIA, RICORDI DEL PASSATO, non riesce ad elaborare le esperienze passate , difficoltà nel vivere i cambiamenti ( si rifugia nel passato)

**Mustard** DEPRESSIONE PER CAUSE SCONOSCIUTE, DISPERAZIONE INSPIEGABILE, malinconia improvvisa che va e viene e da una tristezza opprimente.(La malinconia fa perdere il senso della realtà)

**Olive** SPOSSATEZZA, ESAURIMENTO, stress psico fisico , esausto, logorato , ( la stanchezza psico-fisica, non fa vivere il quotidiano)

**White Chestnut** ELUCUBRAZIONI MENTALI CONTINUE, pensieri persistenti, circolari e ossessivi. ( l'affollamento dei pensieri senza sosta non fa vivere il qui ed ora)

**Wild Rose** RASSEGNAZIONE PROFONDA, TOTALE, ASTENIA, APATIA, DISINTERESSE, rassegnati alla propria condizione, STANCHEZZA DELLA VITA ( il senso di apatia non fa cogliere il senso della vita)

CHESTNUT BUD	CLEMATIS	HONEYSUCKLE
Non impara dalle esperienze. Superficialità e distrazione, mancanza di concentrazione	Sogna ad occhi aperti, distratto, fugge la realtà  Proiettato nel futuro, inerzia sognante	Non riesce ad elaborare le esperienze passate  Imprigionato nel passato
MUSTARD	OLIVE	WHITE CHESTNUT
Malinconia improvvisa che va e viene e dà una tristezza opprimente, depressione endogena	Stress psico-fisico, esaurimento	Pensieri persistenti  Fissazioni ossessive
WILD ROSE		
Apatia , rassegnazione, mancanza di reazione		

-

## IPERSENSIBILITA' e INFLUENZABILITA'

Fiori per la Ipersensensibilità

## Agrimony, Centaury, Holly, Walnut

Agrimony Centaury Holly Walnut

Essere facilmente influenzabili da fattori esterni e dai proprio stati d'animo mina l' equilibrio

**Agrimony** ANSIA, IRRITABILITA' NASCOSTE, maschera esteriore, conflitto interno, paura della solitudine, intolleranza ai conflitti (non sopporta i problemi)

**Centaury** DIPENDENZA, SUGGESTIONABILITA', sottomissione, senso esagerato del sacrificio. ( non sa dire di no)

**Holly** INVIDIA, CRITICISMO, PERSECUZIONE, ODIO, GELOSIA, senso di vendetta aggressività manifesta. ( aggressività manifesta verso gli altri)

**Walnut** IPERSENSIBILITA' AL CAMBIAMENTO, facile influenzabilità quando si è in fase di trasformazione di modificazione della propria vita, bisogno di forza nei cambiamenti, difficoltà a staccarsi dal vecchio ( nei periodi di crisi, facile preda delle influenze esterne)

AGRIMONY	CENTAURY	HOLLY
Maschera esteriore Ansia mascherata, incapacità di vivere i conflitti	Sottomissione, dipendenza affettiva e sottomissione	Aggressività, ferite affettive
WALNUT		
Bisogno di forza nei cambiamenti, protegge dalle influenze esterne		

## ECCESSIVA CURA, PREOCCUPAZIONI OSSESSIVE intromissione e preoccupazione, non equilibrata del BENESSERE ALTRUI .

Fiori per la cura eccessiva degli altri

Beech, Chicory, Rock water, Vervain, Vine

Beech Chicory Vervain Vine Rock Water

Prima di occuparci degli altri dovremmo innanzitutto occuparci di noi stessi.

**Beech** ARROGANZA, PRESUNZIONE, ipercritica, esagerato senso critico, intransigenza, ( si intromette negativamente nei fatti altrui)

**Chicory** POSSESSIVITA', MORBOSITA' AFFETTIVA, la mamma bisognosa, manipolazione, invadenza, oppressività , ( ricatto affettivo per bisogno di amore)

**Rock water** IDEALISMO, SERVIZIO ECCESSIVO, rigidità, autodisciplina ferrea, intransigenza verso sè, rigidità ( fa della sua vita un esempio per gli altri)

**Vervain** ENTUSIASMO FANATISMO, eccesso di entusiasmo, (idealismo eccessivo fino al fanatismo, per convincere gli altri)

**Vine** AUTORITARISMO, DOMINIO, sete di potere e tirannia ( autoritario e crudele con gli altri)

BEECH	CHICORY	ROCK WATER
Ipercritica, intolleranza	Amore condizionato, possessivo, soffocante	Rigidità ideologica, autorepressione
VERVAIN	VINE	
Eccesso di entusiasmo, idealismo invadente	Tirannia, complesso di superiorità, prepotenza	

## INSICUREZZA

incertezza, indecisione

Fiori per l'Incertezza

Cerato, Gentian, Gorse, Hornbeam, Scleranthus, Wild oat

[Cerato](#) [Scleranthus](#) [Gentian](#) [Gorse](#) [Hornbeam](#) [Wild oat](#)

L'incertezza deriva essenzialmente da un dubbio che si radica nell'animo e che alla fine provoca un senso di scoraggiamento. In genere si manifesta di fronte a qualcosa che ci è ignoto e ci pone in una condizione di stato d'animo variabile, instabile ed insicuro.

**Cerato** SFIDUCIA IN SE STESSI, non si fida del proprio giudizio e ha bisogno della conferma altrui, (insicurezza generalizzata)

**Gentian** INSICUREZZA, DUBBIO, PAURA, DEPRESSIONE, scettico e pessimista a causa delle delusioni subite, depressione per cause note, scetticismo ( pessimista non tenta nemmeno per paura di fallire)

**Gorse** DISPERAZIONE PROFONDA, DEPRESSIONE ha combattuto ma ora è profondamente rassegnato, (disperazione cronica ma re-attiva )

**Hornbeam** STANCHEZZA PSICHICA, MENTALE, CHE SI RIPERCUOTE SUL FISICO, INSICUREZZA DA STRESS, privo di energia non crede di farcela a resistere ai compiti quotidiani (insicurezza che deriva da stress mentale)

**Scleranthus** INDECISIONE NELLE SCELTE, AMBIVALENZA, tentenna tra due scelte, instabilità, (insicurezza che deriva dalla difficoltà di scegliere tra due "cose" sentite ugualmente come valide)

**Wild oat** INCERTEZZA SULLA SCELTA DEL PROPRIO COMPITO, su cosa fare nella vita, insoddisfazione, non ha obiettivi chiari nella vita è insoddisfatto (insicurezza per non sapere cosa fare nella vita)

CERATO	SCLERANTHUS	GENTIAN
Incerti delle proprie convinzioni  Influenzabilità sfiducia nel proprio giudizio suggestionabilità la persona segue le mode, gli altri, che influiscono su di sé invece che seguire il proprio intuito	Indecisione tra due importanti ed a volte opposte scelte manca l'equilibrio	Incerti su tutto e tutti  Pessimismo scoraggiamento e depressione per cause note
GORSE	HORNBEAM	WILD OAT
Si è lottato a lungo e alla fine ci si arrende rassegnati, cupa disperazione si spera in un miracolo esterno senza una partecipazione diretta alla guarigione	Non si sa che fare per stanchezza da troppe responsabilità e per la vita stressante che si conduce, non si sopportano più i propri impegni	Incertezza su quale cammino intraprendere nella vita

## Fiori di Bach

rimedi di emergenza

per uso interno e per uso esterno

Rescue Remedy e Rescue Remedy cream



**Star of Bethlehem**

## Rescue Remedy

### IL RIMEDIO D'EMERGENZA RESCUE REMEDY

E' assolutamente necessario chiedere immediato intervento medico nel caso la persona stia molto male, ma nella attesa che vengano i soccorsi, per riequilibrare i livelli energetici si può somministrare :

il Rescue Remedy.

I fiori contenuti in questo rimedio sono :

**Cherry Plum**, per la paura di perdere il controllo, aiuta a riacquistare la calma

**Clematis**, per lo svenimento, per evitare di perdere la coscienza e per riattivare le facoltà mentali

**Impatiens**, per rimettersi dalla tensione mentale e per rilassare la muscolatura, per l'agitazione

**Rock Rose** contro lo stato di panico, il terrore, la paura incontrollabile

**Star of Bethlehem**, per riprendersi dallo shock emotivo, dal trauma fisico e mentale

Si può assumere nelle situazioni gravi, come incidenti, spaventi, traumi, stress fisici, come cadute e ferite, o stress psichici come liti, visita dal dentista, colloquio di lavoro, esame, cattiva notizia, lutto, udienze, cause di separazione, o malesseri repentini come un mal di testa dopo una arrabbiatura, o in caso di contrarietà.

E' il rimedio più efficace e rapido, aiuta a superare l'evento traumatico, e va usato solo nei momenti di vera necessità, non ha senso utilizzarlo per un lungo periodo. Il rimedio va assunto in tempi ravvicinati, finchè non passa il momento critico, se ne possono mettere 4 gocce in un bicchiere d'acqua e va sorseggiato a piccole dosi ogni quarto d'ora o anche ogni minuto, a seconda della gravità della situazione, e solo in caso di effettiva emergenza, (**in attesa del medico**), i rimedi si possono anche assumere così come sono, oppure, se la persona non è in grado di deglutire, ed ha perso conoscenza, si mettono alcune gocce sulle labbra per inumidirle o sulle tempie, o sui polsi, o sulla fronte, o dietro le orecchie.

Quando occorre il Rescue Remedy si usa anche in aggiunta ad altre preparazioni a base di Fiori di Bach

I preparati a base di Rescue Remedy, come del resto tutte le essenze dei fiori di Bach non hanno nessuna controindicazione con le terapie mediche che si stanno seguendo, in quanto non agiscono sulla parte fisica ma su quella energetica, si possono utilizzare con estrema sicurezza e tranquillità.

### RESCUE REMEDY

flaconcino da 10 ml  
uso interno

E' la combinazione di cinque rimedi e si assume solo nei casi di effettiva emergenza:

Clematis

Cherry Plum

[Star of Bethlehem](#)

[Rock Rose](#)

[Impatiens](#)

## Rescue Remedy Cream

Crema uso esterno

la preparazione in forma di crema, ha le stesse essenze del Rescue Remedy per uso interno cui è stato aggiunto Crab Apple, che è il fiore per le impurità e le malattie cutanee

[crab apple](#)

[Clematis](#)

[Cherry Plum](#)

[Star of Bethlehem](#)

[Rock Rose](#)

[Impatiens](#)

Si usa per le bruciature lievi, le contusioni, i dolori articolari, le punture di insetto, le emorroidi...i problemi di pelle.

### ESEMPIO DI ALTRE CREME

Su questa base a seconda del problema si possono aggiungere i fiori adatti.

Volendo, si possono mettere i rimedi nell'acqua del bagno, dalle 5 alle 10 gocce del rimedio scelto, (**Olive** per un effetto tonificante, ad esempio) o si impiegano anche per spugnature ed impacchi, o si mettono direttamente alcune gocce dell'essenza sulla cute ( questa pratica, si fa , secondo il metodo Kramer, mettendo alcune gocce del rimedio adatto, su precisi punti cutanei, gli stessi dell' 'agopuntura, per avere un beneficio immediato)

#### CREME

Si utilizza o la Crema base naturale o dell'olio di oliva, si mette 1 goccia del rimedio per 10 ml di crema, o 2 gocce di Rescue Remedy, porre le gocce al centro del contenitore, girare in senso orario con uno stecchino di legno, ( il contenitore dovrà essere o in plastica o in vetro, opachi), applicare 2 volte al giorno, mattina e sera.

CREMA TONIFICANTE : Hornbeam, Olive, Clematis

CREMA ANTIRUGHE : Willow, Oak, Sweetchestnut, Wild Rose

CREMA PER PELLI SENSIBILI : Agrimony, Holly, Impatiens, Aspen, Beech

CREMA PER LA CELLULITE: Chicory, Crab Apple, Pine, Water Violet, Rock Water, Scleranthus

NOTA, queste note illustrative non intendono sostituirsi al parere medico che va comunque consultato all'insorgenza dei primi sintomi



## **FIORI DI BACH**

### **Rock Rose**

### **Come si usano i fiori di Bach**

Per prima cosa, si analizzano le 38 le essenze e si sceglie il fiore o i fiori che corrispondono alla nostra emozione bloccata, in modo da far fluire attraverso l'assunzione del preparato, l'energia positiva corrispondente.

Si utilizza una boccetta scura con contagocce da 30 ml, o 50 ml, alla quale si aggiunge 1 cucchiaino di brandy, oppure 2 cucchiaini di succo di Acero per chi non tollera l'alcol, in modo da permettere la stabilità nella conservazione del rimedio per almeno un mese, o due, si aggiunge acqua minerale naturale non gassata, dove l'acqua funziona da veicolo energetico, e quindi si mettono alla fine 2 o 4 gocce di ciascuna essenza prelevate dal rimedio originale.

Vanno messe 4 gocce sotto la lingua, per consentire una rapida assimilazione del preparato, la frequenza giornaliera dovrà essere al minimo di 4 volte al giorno, per consentire l'azione risanatrice dei fiori, ove se ne senta la necessità, si possono assumere con una frequenza maggiore, ogni volta che se ne avverta il bisogno.

L'assunzione dei rimedi non ha nessuna controindicazione con le terapie mediche, ne' si corrono pericoli da sovradosaggio, in quanto agiscono a livello energetico e non a livello chimico, se un fiore non occorre semplicemente non agisce.

### Somministrazione

Si assumono 4 gocce del preparato sotto lingua almeno per 4 volte al giorno, mattina, metà mattina, metà pomeriggio e sera prima di dormire, e ogni volta che se ne senta la necessità. Ma perché abbiano effetto vanno almeno rispettati i tempi e le quantità di assunzione

Negli stati di emergenza si mette il rimedio in un bicchiere d'acqua e si sorseggerà da 4 a 6 volte nell'arco della giornata.

Secondo il metodo tradizionale si usa mettere un massimo di 5 rimedi alla volta, secondo il metodo Kramer si possono mettere tutti i fiori che si desidera secondo la complessità del problema.

In realtà non esistono delle regole precise, e molto deve essere affidato all'esperienza, all'intuito, al proprio buon senso o alla professionalità e sensibilità del Terapeuta. I rimedi vanno assunti fino alla scomparsa del sintomo, o sospesi e cambiati nelle modalità che si riferiscono alla sensibilità di reazione della persona.

Del resto la risoluzione più o meno immediata del problema, dipende anche dalla cronicità dei sintomi, certe volte le situazioni acute si risolvono in breve tempo, ma tempi più lunghi richiedono delle situazioni che sono di vecchia data.

In genere la terapia dura 4 settimane, o si continua con la stessa preparazione, ma se già sono avvenuti dei cambiamenti i fiori vanno cambiati; quando il rimedio ha risolto la problematica, smetterà di agire.

Esistono vari tipi di floriterapia da tutto il mondo, ma il sistema dei 38 Rimedi di Bach rimane il sistema di cura più semplice e sufficiente nelle patologie di tipo psicosomatico.

### CI POSSONO ESSERE EFFETTI INDESIDERATI ?

Se si prende un rimedio che non è adatto, non succede assolutamente nulla e non si avranno effetti collaterali, in realtà il fiore semplicemente non agisce, se qualche piccola reazione o sensazione di "stranezza" si può provare dopo l'assunzione del rimedio, in genere questa è dovuta ad una sorta di resistenza, un alibi inconscio di non voler guarire, perché guarire richiede un impegno, un atto di volontà, di responsabilità, e qualche volta si è restii ad abbandonare certe situazioni, anche se si sa che ci fanno male, per paura del nuovo e delle nuove responsabilità.

Spesso all'inizio di un percorso di analisi o di autoanalisi non è facile far emergere i propri lati "ombra", e soprattutto non è facile accettarli, elaborarli ed integrarli.