

Bestseller



Ceratostigma villosissima

Catia Trevisani

Fiori di Bach
e naturopatia

Prefazione di Ricardo Orozco



EDIZIONI ENEA

Questo libro comprende:

- Introduzione sui fondamenti della floriterapia e dei fiori di Bach.
- Per ogni rimedio floreale: tipo psicologico o rimedio transitorio, fisiognomica, bambini, parole chiave, analisi comparata, principio transpersonale, sintomi fisici, consigli ai terapeuti, botanica e segnatura.
- Sezione fotografica a colori con le immagini dei fiori di Bach.
- Mappe mentali e schemi riassuntivi sui fiori di Bach.
- Appendice finale con la relazione tra le caratteristiche botaniche dei fiori di Bach e i comportamenti umani, un pronto soccorso e l'integrazione tra floriterapia e riflessologia.

Fare Naturopatia

FIORI DI BACH E NATUROPATIA

CATIA TREVISANI

Prefazione di
RICARDO OROZCO



edizioni



© Copyright 2010
Edizioni Enea - S.I.R.I.E. srl
I edizione luglio 2010

ISBN 978-88-95572-29-1

Edizioni Enea
Sede Legale - Viale Col di Lana 6/a, 20136 Milano
Sede Operativa/Magazzino - Piazza Nuova 7, 53024 Montalcino (SI)

www.edizionienea.it
edizioni.enea@gmail.com

Progetto grafico
Lorenzo Locatelli

Disegno in copertina e illustrazioni
Federica Aragone

Stampato e rilegato da
Graphicolor, Città di Castello

L'editore si dichiara disponibile a regolare eventuali spettanze per quelle immagini di cui non sia stato possibile reperire la fonte.

Si ringrazia Eleonora Spinosa per la revisione delle bozze e Roberta Pellizzaro per la traduzione della prefazione dallo spagnolo.

I diritti di traduzione, memorizzazione elettronica, informatica, multimediale, riproduzione e di adattamento totale o parziale, con qualsiasi mezzo, compresi microfilm e copie fotostatiche, sono riservati per tutti i Paesi.

I benefici derivanti dall'applicazione dei metodi descritti dipendono dalla dedizione e dalle capacità di chi opera in piena responsabilità. L'Autrice e l'Editore non hanno responsabilità per l'utilizzo delle tecniche terapeutiche citate nel testo.

*La verità non ha bisogno di essere analizzata,
discussa o avviluppata con tante parole.
È riconoscibile in un lampo, fa parte di te.*

Edward Bach

INDICE

11 Prefazione

13 Introduzione

PRIMA PARTE

15 **La floriterapia di Bach**

17 La vita di Edward Bach

21 La filosofia di Edward Bach

29 I fiori tipologici e la triade

33 Come agiscono i Fiori di Bach

37 La classificazione dei Fiori di Bach

39 La segnatura di piante e fiori

45 Come scegliere i Fiori di Bach

SECONDA PARTE

47 **I Fiori di Bach**

51 Agrimony

61 Aspen

67 Beech

73 Centaury

81 Cerato

91 Cherry Plum

97 Chestnut Bud

103 Chicory

111 Clematis

119 Crab Apple

127 Elm

135 Gentian

141 Gorse

147 Heather

155 Holly

163 Honeysuckle

169 Hornbeam

175 Impatiens

183	Larch
189	Mimulus
195	Mustard
203	Oak
211	Olive
217	Pine
225	Red Chestnut
229	Rock Rose
235	Rock Water
241	Scleranthus
249	Star of Bethlehem
255	Sweet Chestnut
261	Vervain
269	Vine
277	Walnut
285	Water Violet
293	White Chestnut
299	Wild Oat
307	Wild Rose
313	Willow
319	Rescue Remedy

TERZA PARTE

321 Schemi riassuntivi e immagini

324	Agrimony
328	Aspen
332	Beech
336	Centaury
340	Cerato
344	Cherry Plum
348	Chestnut Bud
352	Chicory
356	Clematis
360	Crab Apple
364	Elm
368	Gentian
372	Gorse
376	Heather
380	Holly

384	Honeysuckle
388	Hornbeam
392	Impatiens
396	Larch
400	Mimulus
404	Mustard
408	Oak
412	Olive
416	Pine
420	Red Chestnut
424	Rock Rose
428	Rock Water
432	Scleranthus
436	Star of Bethlehem
440	Sweet Chestnut
444	Vervain
448	Vine
452	Walnut
456	Water Violet
460	White Chestnut
464	Wild Oat
468	Wild Rose
472	Willow
476	Rescue Remedy

QUARTA PARTE

481 Appendice

483	Relazione tra le caratteristiche botaniche dei Fiori di Bach e i comportamenti umani
499	Pronto soccorso e Fiori di Bach
527	Floriterapia e Reflexologia
547	Glossario
553	Riferimenti bibliografici

Prefazione

Nonostante conosca meglio la letteratura sui fiori in lingua spagnola rispetto a quella in lingua italiana, credo che esistano molteplici parallelismi bibliografici tra le due culture. Entrambe, per esempio, vantano una notevole quantità di opere sui Fiori di Bach. Molti si chiedono se non siano già troppe, io invece sostengo che questi libri siano numerosi ma non ancora sufficienti.

Indubbiamente prevalgono testi divulgativi di base e saggi di speculazione libera e creativa.

Parte di ciò è imputabile alla scarsa produzione letteraria del dottor Edward Bach, creatore dei rimedi che portano il suo nome. D'altra parte, le sue analisi appaiono chiaramente troppo statiche ed eccessivamente brevi per spiegare il complesso mondo delle idee e delle emozioni.

È ovvio che la prematura scomparsa di Bach abbia influito sulla sua brevità descrittiva. Sull'esigua base delle analisi condotte da Bach, insieme ad altri autori, ho cercato di ampliare e avvicinare la base concettuale dei fiori al campo pratico delle essenze. Il mio contributo ha dato forma al lavoro del Principio Transpersonale (1995) e, negli ultimi dieci anni, al rapporto dei fiori con la psicologia contemporanea e l'intelligenza emotiva.

Ciononostante siamo in molti, tra terapeuti e autori, a pensare che la Terapia Floreale di Bach sia una terapia seria e consolidata, non un simpatico passatempo.

In questo senso, ritengo che questo libro della dottoressa Trevisani sia un importantissimo contributo al movimento crescente dei terapeuti professionisti e autodidatti a cui serve una letteratura fondata e responsabile. Si nota da subito che l'autrice ha lavorato senza fretta, in modo costante e metodico con i fiori che ama e conosce a fondo. Mi sorprende l'intelligente classificazione, la netta distinzione delle tipologie (i tratti di personalità) dallo stato (l'uso circostanziale delle essenze). Per esempio, la parte dedicata agli effetti del fiore sul bambino, è del tutto chiarificatrice.

L'inserimento della fisiognomica, così come di alcune considerazioni riguardo agli errori da evitare e i consigli ai terapeuti, sono una vera innovazione che senza dubbio fornisce un supporto considerevole agli specialisti, ai lettori e ai curiosi che aprono il libro. Allo stesso modo, la diffusione del Principio Transpersonale mi soddisfa pienamente.

Ma ciò che reputo veramente straordinario è l'impiego della botanica e la mappa dei fiori, tanto ignorata e sconosciuta dalla maggior parte di terapeuti e autodidatti, tuttavia così importante se pensiamo che la natura si esprime attraverso analogie e che, in realtà, mente e natura sono la stessa cosa.

Il tocco finale dell'opera è dato dalle fotografie e dagli schemi conclusivi, sono semplicemente magnifici. La mappa mentale con il centro ovale che assomiglia a un seme germogliato non può essere più esaustiva.

A mio modo di vedere, il libro della dottoressa Trevisani rappresenta un solido pilastro per l'adeguata diffusione e formazione della meravigliosa "intelligenza emotiva liquida" che conosciamo col nome di Fiori di Bach.

dottor Ricardo Orozco

Ricardo Orozco (1956) si è laureato nel 1982 in medicina presso l'Università di Barcellona. È floriterapeuta dal 1984 e insegnante dal 1993. È considerato una delle massime autorità a livello internazionale nel campo della floriterapia di Bach. Il suo lavoro sui principi transpersonali ha dato un notevole contributo al perfezionamento della terapia floreale. Sono stati tradotti in italiano quattro libri da lui scritti: *Fiori di Bach. Analisi comparata delle essenze*, *Intelligenza Emozionale e Fiori di Bach*, *Manuale per l'applicazione locale dei Fiori di Bach*, *Nuovi Orizzonti con i Fiori di Bach*, *Fiori di Bach. 38 descrizioni dinamiche*.

Introduzione

I Fiori di Bach sono potenti strumenti di guarigione che, se usati correttamente, secondo il principio di risonanza, possono avere effetti straordinari sul corpo e sullo stato emotivo e mentale dell'uomo.

L'esperienza di oltre vent'anni di utilizzo di questi rimedi, con effetti talora impensati, l'aver visto malati terminali ottenere grande sollievo già dopo pochi giorni dalla prima assunzione, e l'averli sperimentati a lungo su me stessa, mi permettono di esporne il forte potere curativo di queste essenze.

Lo stesso dottor Bach avrebbe voluto che questi rimedi, di semplice utilizzo e di sicuro beneficio, diventassero patrimonio culturale dell'umanità: non solo, se assunti nella corretta diluizione, hanno effetto sui più disparati sintomi fisici, ma agiscono anche su livelli più sottili e profondi migliorando in qualche modo la capacità di ascoltarsi e conoscersi.

La vera guarigione ha a che fare con la consapevolezza e la crescita interiore, quindi con una visione più chiara e sincera di sé, che prepara la via per il "ritorno" alla "propria casa", quel luogo dove esiste il guaritore interno, quell'intelligenza in qualche modo divina che è la sola in grado di riportare alla salute.

"Conosci te stesso", l'antica massima greca, non è solo il monito rivolto dal filosofo al discepolo e ad ogni uomo, ma è anche il segreto per vivere una vita armoniosa e quindi in salute.

Questo è ancora più vero e importante per colui che vuole aiutare non solo se stesso, ma anche altri in questo percorso, non è possibile consigliare agli altri questi rimedi senza prima averli sperimentati a lungo su stessi.

In questo modo il terapeuta dovrà, per un tempo, occuparsi di sé e curare i suoi lati deboli prima di occuparsi degli altri. Solo in questo modo potrà acquisire la sensibilità necessaria per essere di aiuto a chi soffre.

Ringrazio particolarmente mio marito Guido che ha il dono naturale di "vedere", "sentire", "riconoscere" i moti dell'animo dalle forme. Mi ha insegnato e ha scritto per me la parte della fisiognomica.

Ringrazio i miei pazienti che mi hanno aperto i loro segreti e il loro cuore, mi hanno insegnato a comprendere l'essere umano nelle sue pieghe più nascoste, gran parte di questo libro è costituita dalle loro stesse parole.

Infine ringrazio i miei studenti e naturopati che mi raccontano bellissime esperienze con la floriterapia utilizzata su di sé e sugli altri, contribuendo così ad alleviare un poco la sofferenza dell'umanità.

dott.ssa Catia Trevisani

Prima parte

La floriterapia di Bach

La vita di Edward Bach

Dobbiamo a Nora Weeks, stretta collaboratrice e biografa del dottor Bach, la trasmissione dell'operato, delle scoperte, della filosofia del medico inglese, i cui rimedi oggi sono tanto utilizzati in gran parte del mondo.

Edward Bach nasce il 24 settembre 1886 a Moseley, un paese nel Warwickshire, in Inghilterra, da una famiglia di origine gallese. Il padre era proprietario di una fonderia; Edward Bach fin da bambino si mostra sensibile alla sofferenza altrui e a 8 anni manifesta il desiderio di diventare medico. Durante la sua adolescenza lavora nella fabbrica del padre, ma intorno ai vent'anni decide di realizzare il suo sogno e, nel 1912, si laurea in Medicina a Londra, dove inizia a praticare la professione. Dedito al lavoro e alla cura dei suoi pazienti, osserva presto come le terapie tradizionali siano spesso dolorose e fonte di sofferenza per i malati. Si specializza in Batteriologia ed esegue le sue ricerche in un laboratorio di Londra. Nel contempo si avvicina all'omeopatia, trovando nei testi di Hahnemann una conferma circa l'importanza di destinare alla persona più che alla malattia o al sintomo la maggior parte delle attenzioni. Fulcro della cura diventa l'analisi dei sintomi mentali. Nel 1917 gli viene affidato un intero ospedale e, in quello stesso anno, muore la sua giovane moglie. In seguito a questo lutto si ammala e gli viene diagnosticato un tumore alla milza. La prognosi è grave: tre mesi di vita. Non si perde d'animo e si mette al lavoro ancora più alacramente; vuole trovare dei rimedi curativi che agiscano dolcemente armonizzando la persona nel suo insieme. Dopo mesi di studi e ricerche dedite a questo scopo si ritrova guarito, e inizia a chiedersi quanto lo stato d'animo sia importante sulla via della guarigione.



Prepara sette nosodi diluiti omeopaticamente che trovano buoni riscontri terapeutici e vengono accettati dalla classe medica. Sono rimedi capaci di entrare in relazione con la personalità del soggetto che andranno a curare. Ormai è certo dell'influenza della psiche sulle condizioni di salute, ma nonostante il successo di questo tipo di cure non è soddisfatto. I nosodi derivano ancora da batteri intestinali, invece il suo intento è quello di giungere a rimedi puri. Così comincia a raccogliere erbe da analizzare in laboratorio; in particolare lo attrae lo studio dei fiori, quali massima espressione della forza vitale della pianta. Decide di fare un viaggio nelle campagne del Galles, di osservare e sperimentare su di sé i primi rimedi floreali: Impatiens, Mimulus e Clematis. L'esperienza lo convince a lasciare definitivamente la Medicina fino ad allora praticata, per ricercare nuovi rimedi floreali. Abbandona fama e successo, lascia il suo studio a Londra, brucia i suoi lavori scientifici, distrugge le ampolle dei suoi nosodi liberandosi del passato e inizia una fase totalmente

nuova della sua vita. Nel 1930 si trasferisce in Galles. Per un disguido, il baule contenente la strumentazione di laboratorio viene perso e nella sua nuova casa arriva solo quello contenente vecchie scarpe. Interpreta l'accaduto come un'indicazione per la sua ricerca: non avrà più bisogno di altro strumento se non di se stesso. La scelta gli vale aspre critiche dalla classe medica avversa alla sua ricerca e alla sua nuova filosofia. Reagisce cancellandosi dall'ordine dei medici e facendosi chiamare erborista. Intanto la sua sensibilità si sviluppa progressivamente: arriva a riconoscere le proprietà di una pianta o di un fiore con il solo contatto della mano o della lingua. Così scopre i primi diciannove rimedi. Nora Weeks testimonia che durante la scoperta dei fiori Edward Bach sperimenta su se stesso i nuovi rimedi; inoltre cura decine di persone verificando le proprie intuizioni su malati che soffrono di ogni genere di disturbi. Infine, tra le migliaia di piante oggetto delle sue ricerche, ne sceglie solo 38 a crescita spontanea. Pubblica due libri: *Guarisci te stesso e I dodici guaritori ed altri rimedi* nei quali descrive semplicemente la sua nuova concezione di salute e malattia e le proprietà dei fiori.

Il 27 novembre 1936, Edward Bach muore nel sonno nella sua casa di Mount Vernon, Sotwell, Gran Bretagna, dove oggi opera il Centro di Bach, specializzato nella raccolta e nella preparazione dei fiori.

Se ne va felice, come confida ai suoi più stretti collaboratori poco prima di morire, essendo la sua opera compiuta.

Il dottor Bach incontra per primo il fiore Impatiens, quello che rispecchia il suo tipo psicologico: è una persona essenziale e pratica la sua filosofia nel quotidiano, in prima persona. Fin dal principio è chiaro il suo intento, vuole trovare dei rimedi semplici e puri che possano sollevare le persone dalle loro sofferenze.

Quando nel 1912 si laurea in medicina, al momento di ricevere il diploma si dice abbia affermato: "Mi ci vorranno cinque anni per dimenticare tutto quello che mi è stato insegnato". In realtà gli ci vorrà molto più tempo e passeranno diciotto anni prima di abbandonare definitivamente la Medicina "ortodossa". La scoperta dei 38 rimedi gli richiede altri cinque anni. Dichiarò che il suo metodo sarebbe stato completo quando avrebbe trovato tutti i rimedi di cui aveva bisogno, 38 preparazioni in tutto, con cui si potevano ottenere circa 293 milioni di combinazioni diverse, ma così semplici da preparare e da usare, che chiunque avrebbe potuto farlo.

Bach gode di notevole fama dopo la preparazione dei nosodi; ottiene grande considerazione dalla classe medica, sia dai colleghi ortodossi che da quelli omeopati. Ma ciò non basta a frenare la sua indole di ricercatore: trova un approccio completamente nuovo alla terapia. Spoglia l'esercizio della professione da tutto ciò che non è necessario, abbandona il laboratorio e la ricerca ortodossa, il metodo di preparazione omeopatica della succussione, rinuncia alla diagnosi dai sintomi fisici per concentrarsi unicamente sulla salute emotiva e spirituale dei pazienti.

Poco prima della sua morte allestisce un falò nel giardino di Mount Vernon, brucia molti dei suoi primi appunti perché non confondano le persone in futuro. Tutto quello che era necessario dire si trovava scritto nelle 32 pagine dei dodici guaritori.

Nella sua mente "il lavoro scartato, le teorie abbandonate, erano come un'impalcatura: utile mentre i muri venivano costruiti e il tetto veniva posato sulla sommità dell'edificio, ma ingombrante e inutile una volta che la casa era finita e le persone pronte ad abitarla".

Nel 1936 qualcuno inizia a promuovere l'idea di combinare i 38 rimedi in un solo elisir

e di risolvere così i problemi di tutti con una sola miscela, il dottor Bach aveva già messo alla prova tale idea e l'aveva abbandonata.

Un mese prima della sua morte scrive al suo amico Victor Bullen: "Penso che ora tu abbia visto ogni fase del lavoro. [...] Il fatto che si verifichino dei tentativi di distorsione della nostra ricerca, costituisce prova del suo valore, perché la distorsione è un'arma assai più potente del tentativo di distruzione". Nella stessa lettera egli indica la strada che i suoi successori avrebbero dovuto seguire. "Il nostro lavoro consiste nell'aderire costantemente alla semplicità e alla purezza di questo metodo di guarigione" egli scrive, "e quando uscirà la prossima ristampa de *I dodici guaritori* dovremo fare un'introduzione più lunga, che confermi saldamente l'innocuità, la semplicità e i miracolosi poteri di guarigione dei rimedi".

Nora Weeks e Victor Bullen promettono al dottor Bach che avrebbero fatto di tutto per tenere saldi quei valori. Il messaggio centrale del dottor Bach è che noi tutti siamo guaritori e chiunque può usare i rimedi, chiunque ha la possibilità di guarire e durante il processo di guarigione può ritrovare se stesso e farsi carico del proprio destino.

Il metodo dei 38 rimedi, secondo le parole di Bach, "è un dono e non una creazione umana" e come tale andrebbe accolto: come un patrimonio universale.

Seconda parte

I Fiori di Bach

	NOME INGLESE	NOME ITALIANO	NOME BOTANICO
1	Agrimony	Agrimonia	Agrimonia eupatoria
2	Aspen	Pioppo	Populus tremula
3	Beech	Faggio	Fagus sylvatica
4	Centaury	Centaurea	Centaureum umbellatum
5	Cerato	Piombaggine	Ceratostigma willmottiana
6	Cherry Plum	Mirabolano	Prunus cerasifera mirabolanum
7	Chestnut Bud	Gemma di ippocastano	Aesculus hippocastanum
8	Chicory	Cicoria	Cichorium intybus
9	Clematis	Clematide vitalba	Clematis vitalba
10	Crab Apple	Melo selvatico	Malus pumila
11	Elm	Olmo inglese	Ulmus procera
12	Gentian	Genzianella	Gentiana amarella
13	Gorse	Ginestrone	Ulex europeus
14	Heather	Erica	Calluna vulgaris
15	Holly	Agrifoglio	Ilex aquifolium
16	Honeysuckle	Caprifoglio	Lonicera caprifolium
17	Hornbeam	Carpino bianco	Carpinus betulus
18	Impatiens	Non mi toccare	Impatiens glandulifera
19	Larch	Larice	Larix decidua
20	Mimulus	Mimmolo	Mimulus guttatus
21	Mustard	Senape	Sinapis arvensis
22	Oak	Quercia farnia	Quercus robur varr. pedunculata
23	Olive	Olivo	Olea europea
24	Pine	Pino silvestre	Pinus sylvestris
25	Red Chestnut	Ippocastano rosso	Aesculus carnea
26	Rock Rose	Eliantemo	Helianthemum nummularium
27	Rock Water	Acqua di roccia	
28	Scleranthus	Scleranto	Scleranthus annuus
29	Star of Bethlehem	Stella di Betlemme	Ornithogalum umbellatum
30	Sweet Chestnut	Castagno	Castanea sativa
31	Vervain	Verbena	Verbena officinalis
32	Vine	Vite	Vitis vinifera
33	Walnut	Noce	Juglans regia
34	Water Violet	Violetta d'acqua	Hottonia palustris
35	White Chestnut	Ippocastano bianco	Aesculus hippocastanum
36	Wild Oat	Forasacco ramoso	Bromus ramosus
37	Wild Rose	Rosa selvatica o canina	Rosa canina
38	Willow	Salice giallo	Salix vitellina
39	Rescue Remedy	Cherry Plum + Clematis + Impatiens + Rock Rose + Star of Bethlehem	

Classificazione dei Fiori di Bach in base allo stato d'animo comune

Ipersensibilità alle influenze e alle idee
Agrimony, Centaury, Holly, Walnut

Incertezza
Cerato, Gentian, Gorse, Hornbeam, Scleranthus, Wild Oat

Insufficiente interesse per il presente
Chestnut Bud, Clematis, Honeysuckle, Mustard, Olive, White Chestnut, Wild Rose

Scoraggiamento
Crab Apple, Elm, Larch, Oak, Pine, Star of Bethlehem, Sweet Chestnut, Willow

Eccessi
Beech, Chicory, Rock Water, Vervain, Vine

Solitudine
Heather, Impatiens, Water Violet

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



AGRIMONY

Agrimonia

*Pochi vedono come siamo,
ma tutti vedono quello che fingiamo di essere.*

Niccolò Machiavelli

EDWARD BACH HA SCRITTO DI AGRIMONY...

Quando il paziente è agitato, ansioso, tormentato, si dia Agrimony.

Per calmare tutti quelli che sono tormentati nel corpo o nella mente, portando loro pace. Gli inquieti, gli ansiosi, gli agitati, i tormentati. Coloro che non riescono a trovare la pace della mente, che non hanno riposo. Esiste un esercito intero di questi sofferenti che spesso nascondono il proprio tormento dietro sorrisi e giovialità. Frequentemente sono molto brillanti e spiritosi. Un gran numero di costoro cerca rifugio nell'alcool, o persino nelle droghe e negli stimolanti per aiutarsi ad andare avanti. Faranno qualsiasi cosa piuttosto che deprimere gli altri con i propri problemi. Persino nei casi di grave malattia scherzano e prendono con leggerezza le proprie tribolazioni. Sono persone coraggiose e Agrimony le aiuterà moltissimo.

Per le persone gioviali, gaie e scherzose che amano la pace e sono angustiate dalle discussioni e dalle liti, al punto che sono disposte a concedere molto per evitarle. Benché generalmente abbiano dei disturbi e siano tormentate e agitate e inquiete nella mente o nel corpo, nascondono le loro preoccupazioni dietro il buon umore e gli scherzi e sono considerati degli ottimi amici da frequentare. Sovente abusano di alcool o droghe per stimolarsi e per aiutare se stessi a sopportare i loro problemi con allegria.

Le persone Agrimony sono interiormente tormentate da ansie e preoccupazioni, sebbene esteriormente fingano abilmente di nascondere la tensione. Frequentemente bevono molto e cedono alle droghe per aiutarsi a reggere lo stress.

Questo tipo non è sempre facile da diagnosticare, in quanto i soggetti mascherano i propri problemi. Spesso, a uno sguardo casuale, sono geniali e pieni di interessi per la vita; sembrano persone decisamente piacevoli. Frequentemente bevono molto,

anche se non fino ad eccessi visibili. Possono essere dipendenti da droghe, ricercare eccitazioni e desiderare una vita piena di impegni. In tal modo nascondono al proprio interno le loro sofferenze. Con loro si ha la sensazione che vi sia qualche tragedia nascosta, sebbene l'ammettano raramente persino con i migliori amici. Dentro di sé sono tormentati, hanno molta paura del presente e specialmente del futuro che potrebbe condurli al suicidio. Non si curano dei pericoli e sono temerari. Non conoscono pace, ma sono attivi, insonni, sempre impegnati in qualcosa; dormono poco e si coricano tardi. Di solito sono molto interessati alla magia e all'occultismo. In realtà sono anime tormentate e stanche della propria sofferenza; preferirebbero la morte come migliore alternativa, sebbene all'esterno lottino caparbiamente e con forzato ottimismo. Frequentemente si scopre che sono ossessionati da qualche individuo, anche se il loro persecutore può trovarsi su un altro piano. Il rimedio porta pace, rimuove il tormento, diminuisce il desiderio di stimolanti e li rasserenava.

Sei una persona tormentata; la tua anima non conosce riposo; non riesci a trovare pace, ma affronti coraggiosamente il mondo nascondendo il tormento ai tuoi fratelli i quali si prendono gioco di te, ridono, ti scherniscono, tengono allegri quelli che ti circondano mentre tu soffri? Cerchi di lenire le tue pene bevendo e prendendo droghe per aiutarti ad affrontare le difficoltà: senti di aver bisogno di qualche stimolante per andare avanti nella tua vita?

La splendida pianta di Agrimony, che cresce ai lati dei nostri sentieri e nei nostri prati, con il suo stelo a guglia simile a quello delle chiese e i suoi semi simili a campane, ti porterà la pace, quella pace che va al di là di ogni comprensione.

La lezione di questa pianta è riuscire a conservare la pace in mezzo a tutte le prove e le difficoltà, fino a quando niente avrà il potere di farti irritare.

Tipo psicologico

La persona Agrimony è ipersensibile, ama il bello e l'armonia, adora la luce, il sole, vorrebbe un mondo dorato dove tutto è pace e luce. Sensibile al bello, non sopporta le zone d'ombra e tutto ciò che giudica disarmonico e quindi negativo all'esterno e all'interno di sé. Non riuscendo ad integrare il polo oscuro delle cose e di se stesso reagisce operando un "taglio", una sorta di negazione di questa parte della realtà fingendo che non esista. Mentendo a se stesso nega i problemi, le difficoltà, in particolare i conflitti, soffoca le emozioni, ma queste, compresse di giorno, salgono a galla nel silenzio e nella notte dandogli una sensazione d'ansia, di irrequietezza, di tormento nascosto.

All'esterno mostra una maschera di serenità, umorismo, gioia, perfezione, è sempre sorridente. La personalità si mostra agli altri in una forma di gentilezza, imperturbabilità, bontà, dolcezza, affabilità, correttezza; ogni difficoltà viene minimizzata. Dà grande importanza all'immagine esterna, a ciò che appare, recita la parte della persona felice senza problemi. Rimuove tutto ciò che giudica negativo ed è proprio da qui che nasce tutto lo squilibrio. Essendo ipersensibile al bello divide tutte le cose in positive e negative, vorreb-

be solo il positivo, il bene, il bello, il buono e non riesce ad abbracciare e comprendere in sé l'intero che contiene la notte e il giorno, la luce e il buio, l'agnello e il lupo, entrambi indispensabili alla vita. Sente e sperimenta il dolore del mondo, perché è profondo e sensibile, ma poi si sente incapace di riconciliarlo con la fede nella vita e preferisce stare nella superficialità. Si giudica, sente le sue parti oscure, non le accetta, quindi le nega e le separa da sé fingendo che non esistano. Si preoccupa del giudizio degli altri che non devono vedere le sue debolezze e i suoi conflitti, vive tutto preso dal mostrare quest'immagine solare di sé, senza ombre. Non potendo tollerare i suoi lati oscuri teme che anche gli altri non li possano accettare e vive nel timore di perdere il loro amore, la loro stima, teme di essere abbandonato e vive in uno stato di dipendenza. Si osserva molto di frequente la dipendenza di Agrimony dalla madre: non può fare a meno di accontentarla, teme moltissimo il suo giudizio, rinuncia a ciò che veramente desidera per soddisfare le sue aspettative. Talora può essere considerato inaffidabile perché tende a non concludere o a non considerare importanti accordi presi e orari stabiliti, questo perché si mostra disponibile per gentilezza ma in realtà vorrebbe rifiutare, poi quando è solo e nessuno lo vede, fa un po' come vuole. Può dire bugie per celare verità scomode che porterebbero a discussioni, o semplicemente tralascia gli aspetti meno positivi di una vicenda per non turbare l'altro e la sua serenità. Aggancia gli altri con le sue buone maniere e le conversazioni brillanti, è l'amico ideale nelle feste e negli incontri di gruppo; ma ha difficoltà nella comunicazione, soprattutto se deve dire qualcosa che non va, teme di creare conflitto, piuttosto tace, tiene dentro e finge un sorriso. La sua sofferenza può crescere fino all'inverosimile non potendo essere guardata, pena il cambiamento che gli fa temere l'espulsione dal gruppo o l'abbandono, il senso di costrizione e di negazione di sé scatena una forte rabbia che viene repressa. Può avere pensieri di suicidio e in certi casi estremi può arrivare a mettere in atto il suo proposito, gli altri diranno che non si erano accorti affatto della sua sofferenza.

Teme la solitudine e il silenzio, ama la compagnia: feste, o volontariato, oppure s'immerge nel lavoro, ha bisogno di fare, di muoversi per non trovarsi troppo solo con se stesso. Può avere vizi segreti e dipendenze.

Agrimony è attratto da persone Agrimony con cui è difficile entrare in conflitto, tutto va sempre bene, stessi gusti, stessi piaceri; ma potrebbe mancare una comunicazione autentica per la quale è necessario esprimere anche lati nascosti, meno piacevoli. Quando l'amore consente questo passaggio la relazione diventa molto calda e armoniosa.

Caratteristica di Agrimony è la maschera di un volto sempre sorridente.

Fisiognomica

Agrimony si riconosce dal volto, la sua mandibola è pronunciata, triangolare, si nota una forte tensione nella zona della bocca e del mento che è abbastanza appuntito. Caratteristico è il sorriso e la sensazione di una maschera.

Ciò che colpisce di più nel tipo Agrimony è proprio la bocca che si distende spesso in un sorriso come quello del personaggio di Joker nel film di Batman, non è un sorriso accogliente, è un sorriso "tirato". La bocca domina il viso, è il centro istintivo che reclama la sua parte, sempre. In lui la bocca racchiude i segreti del cibo, della buona cucina, il senso del gusto predomina sugli altri, vi è un forte appetito anche sessuale. Le labbra richiamano l'altro, lo solleticano, lo contattano, così come i denti che sono spesso ben allineati e visibili, sono la parte nascosta che si rende visibile ogni volta che scoppia la risata o la

battuta sagace, i denti sono lì che reclamano il dovuto. Che sia uomo o donna il viso di un Agrimony rimanda il ricordo di una persona con un bel sorriso marcato, la sensazione di una mandibola potente pronta a tritare qualsiasi cosa, “ah quella mangiata, quella risata!”, ma subito dopo si è pervasi anche dalla sensazione di un ricordo un po’ malinconico, quegli occhi nascondono un po’ di tristezza come se i momenti di piacere servissero a tornare bambini, senza regole o imposizioni del mondo degli adulti, fintanto che si può.

Agrimony nasconde la verità all’interno della bocca, egli cerca sempre di compensare il gusto a volte acre della vita con quello sicuramente più appetibile di una buona sensazione istintiva; il problema è che una volta nutrita la parte istintiva sale il tormento.

Modo di fare

Agrimony è il tipico bravo ragazzo, perfetto, gentile, sempre sorridente, ben vestito, abbina attentamente i colori degli abiti che non devono stonare, non è mai in disordine. Ricerca i piaceri della vita tentando di placare in qualche modo la sua ansia. Se esce a cena cerca il ristorante raffinato, ordina del vino o almeno un piatto pregiato, generalmente adora il pesce. Non riesce a seguire una dieta perché dopo poco tempo l’inquietudine lo porta a sfogarsi sul cibo. È di buona compagnia e tiene allegri gli altri con battute scherzose. Ha vizi segreti, alcool, fumo o droghe, potrebbe alzarsi di notte per mangiare. In caso di discussioni e litigi è lui che seda gli animi non tollerando le tensioni emotive che si vengono a creare. Si adatta alle persone, trova sempre le parole giuste, fa in modo di piacere a tutti e tende ad evitare conflitti e contrasti. Farebbe qualsiasi cosa piuttosto che deprimere gli altri con i propri problemi, persino nei casi di grave malattia scherza e parla con leggerezza delle proprie tribolazioni. Mi è capitato di utilizzare la terapia del colore con una paziente Agrimony per scoprire realmente il suo stato d’animo e dopo un bellissimo disegno di farfalle celesti e rosa che ho fatto subito mettere da parte, ecco la verità, un cumulo di pietre nere e croci. Dietro a quel sorriso c’era una depressione nera, scura, in una fase della vita che richiedeva un cambiamento verso l’interiorizzazione. Conquistata la sua fiducia con un sostegno affettuoso ha cominciato ad aprirsi, direi anche ad aggrapparsi, finché gradualmente ha riacquisito sicurezza. Agrimony si attira una famiglia che in genere ama le convenzioni e soprattutto la madre ha una forte influenza, esercitando pressioni e condizionamenti perché il figlio, o la figlia dia molta attenzione agli aspetti più esteriori della vita, facendo paragoni con altri e mostrando apertamente apprezzamento per essi.

Stato d’animo

Sente un tormento profondo.

Bambini

Sono bravi, si consolano con poco, cedono facilmente con gli adulti e con gli altri bambini, fingono che tutto vada sempre bene, sono sorridenti e allegri, amano i bei vestiti. Possono ridere molto, raccontare barzellette e fare battute, possono sembrare sciocchini e superficiali ed essere considerati tali anche dagli amici. Possono dire bugie per evitare conflitti, vogliono essere sicuri di ottenere l’affetto di cui hanno bisogno, ma poi rosicchiano le unghie, si grattano, si toccano continuamente i capelli, oppure mangiano in continuazione; possono essere dipendenti da caramelle, cioccolato, pannolino. Vogliono sempre accontentare tutti, in particolare la madre.

Errori da evitare e aiuti da offrire

I bambini Agrimony hanno bisogno del nostro amore incondizionato, indipendentemente dal loro buon comportamento o dal loro bell'aspetto. Occorre una grande attenzione a non comunicare dei giudizi; ma le correzioni, di cui comunque hanno bisogno come tutti i bambini, devono essere affettuose e gentili. È bene non dire mai: "sei disordinato ecc." ma "oggi non hai ancora riordinato la tua camera"; "sei goloso" ma "oggi stai mangiando troppo" ecc. Non vanno mai confrontati con altri bambini apparentemente migliori. Hanno bisogno di sentire una totale accettazione per come sono. Occorre suggerire loro di dire liberamente ciò che non va perché ci fa felici conoscerli meglio e avere un rapporto più intimo con loro. È importante mostrare apprezzamenti quando sono più sinceri, quando si sforzano di togliere la maschera per mostrarsi come sono; va bene anche se qualche volta sono un po' tristi o silenziosi, possono permetterselo perché riceveranno comunque baci e abbracci.

Frasi comuni

"Che cosa vuoi che sia!" "Ciao bello!"

Parole chiave

Tormento, tortura, maschera, sorriso.

Qualità

Armonia, pace.

Analisi comparata

Agrimony dice di sì per evitare i conflitti e non perdere l'amore, di nascosto poi cerca di fare quello che vuole.

Centaury dice di sì per debolezza.

Agrimony è apparentemente superficiale, ma è una forma di fuga per evitare di soffrire, in realtà è profondo.

Chestnut bud è superficiale, tende alla fuga e non vuole responsabilità, è ingenuo, sbadato, non apprende dalle situazioni della vita.

Agrimony è ansioso, tormentato perché fugge dai suoi conflitti personali, cerca la compagnia.

Aspen è ansioso perché invaso da interferenze energetiche che derivano dall'inconscio collettivo, si chiude e limita i rapporti sociali.

Riarmonizzazione

Il termine armonia significa congiungere. Le guglie fiorite di Agrimony aiutano la connessione con la fonte della vita che porta la pace e la risoluzione dei conflitti. La persona Agrimony trova nel sé profondo la capacità di accogliere la polarità, di integrare luce e ombra, impara ad accettarsi e non ha più bisogno di portare la maschera, il conflitto non fa paura ma è l'opportunità per integrare nuove cose e per poter crescere. Pur sentendo la sofferenza propria e del mondo, può stare nel mondo senza essere travolto dal dolore, la comprensione spirituale gli permette di trovare armonia e pace. Con gli altri la comuni-

cazione è sincera e autentica, sempre cortese, nel confronto migliora i rapporti e si libera dalla dipendenza. La dote di diplomazia di Agrimony si rafforza, sa trovare sottili accordi e intelligenti mediazioni, rinforza la sua capacità di giudizio per riconoscere ciò che è utile. Sta bene con tutti e gode di una profonda calma interiore e di un buon equilibrio pur in mezzo a tutte le difficoltà e le prove della vita. Può essere una persona molto portata ad attività di comunicazione come il diplomatico, il rappresentante, l'attore.

Principio transpersonale

Parola chiave: tormento, tortura

Agrimony agisce su dolori, bruciori, infiammazioni, pruriti e ogni genere di sintomi che abbiano la componente del tormento, della tortura.

Agrimony è un catalizzatore in quanto fa affiorare contenuti profondi bloccati. Il soggetto potrebbe attraversare una breve fase iniziale di peggioramento dell'ansia, questo indica che il rimedio è corretto e sta agendo, ma è importante un supporto. Spesso Agrimony va abbinato ad altre essenze che aiutino ad elaborare ciò che emerge, in modo da contenere il disagio. In realtà l'essenza funziona da ansiolitico. La floriterapia porta autocoscienza e guarigione, una volta emersi i contenuti inconsci agisce sedando l'ansia.

Agrimony agisce sul fegato che è la sede delle emozioni, libera dalle emozioni represses portando quiete.

Sintomi

- Dolori che abbiano una componente di tormento (mal di denti, cistite, cefalee, dolori alle spalle e alla schiena).
- Dolori della dentizione nei bambini (con Walnut).
- Dolore da ascesso dentario (con Crab Apple e Vine).
- Enuresi notturna nei bambini (con Cherry Plum).
- Prurito, bruciori che tormentano.
- Eczemi allergici, orticaria.
- Punture di insetti (con Beech, Crab Apple, Vervain, Holly).
- Congiuntiviti, occhi che bruciano e tormentano.
- Afte (con Crab Apple, Vervain, Star of Bethlehem).
- Vie respiratorie, gola che brucia e tormenta.
- Emorroidi (in crema) con Vervain, Elm, Hornbeam, Chicory, Willow, Vine.
- Herpes zoster (in crema) con Crab Apple, Holly, Elm, Vervain, Star of Bethlehem, Beech, Cherry Plum.
- Nodo alla gola (ingoia le sue emozioni).
- Insonnia agitata.
- Ansia (perché fugge dai conflitti).
- Ansia che tormenta particolarmente di notte.
- Ansia che sfoga nel cibo.
- Tormento mentale (con White Chestnut).
- Bulimia.
- Dipendenza da sigarette, alcool, cibo, droghe, stimolanti, farmaci (con Walnut).
- Dipendenza affettiva (con Walnut).
- Digrignamento dei denti la notte.

- Onicofagia (mangiarsi le unghie).
- Pensieri di suicidio (con Cherry Plum).
- Disturbi ossessivo-compulsivi (con Cherry Plum).
- Problemi di adattamento all'esterno: fusi orari, lavori notturni (con Scleranthus).

Stato psichico transitorio

Una persona può sperimentare uno stato transitorio Agrimony quando

- deve comunicare qualcosa di spiacevole e non ce la fa;
- continua a rimandare qualcosa perché è conflittuale o spiacevole: un incontro, una telefonata, una decisione importante;
- sta male (malattia fisica o semplicemente ansia che tormenta) e non sa perché, tutto è sigillato nel cassetto dell'inconscio;
- prova irrequietezza e ansia;
- ha difficoltà a stare nel gruppo, che richiede adattabilità, rimanendo se stessa.

Per i terapeuti

Il tipo Agrimony non riesce ad essere sincero neanche con il suo terapeuta, dice sempre che va tutto bene, tende a minimizzare, per cui è difficile mettere in relazione i suoi sintomi con qualche moto interiore, non lo svela. L'essenza può aiutare la persona a lasciar emergere i contenuti inconsci che ha bisogno di affrontare.

Botanica e segnaterra

Famiglia: Rosacee

Le Rosacee sono piante i cui fiori presentano una simmetria raggiata, la corolla è costituita da cinque petali. Hanno radici estese e una grande fioritura, c'è armonia tra alto e basso. Alla famiglia appartengono la maggior parte delle piante da frutto dei nostri climi, benché molte siano state importate dall'Oriente: albicocco, cotogno, melo, ciliegio, mandorlo, nespolo, pero, pesco, prugnolo, rovo, susino, fragola, lampone. Fiori e frutti hanno in genere un profumo e un sapore dolce e delicato. A questa famiglia appartengono anche Crab Apple, Cherry Plum e Wild Rose.

Agrimony è una pianta erbacea perenne, diffusa in buona parte del territorio europeo, nel sud-est asiatico e nel Nord America, fino al Messico. In Italia è una specie comune in tutto il territorio. È alta da 30 a 130 cm, predilige i terreni calcarei su cui non si ammassano le piante che non hanno bisogno di competere. Non tollera i terreni acidi e troppo in ombra, cresce nei prati aridi, nei luoghi incolti, ai margini dei campi e dei boschi, sul ciglio delle strade, lungo i sentieri, spesso si trova dove passa la gente; predilige i terreni ben drenati in posizione soleggiata fino ai 1000 m di altitudine.

Si nasconde tra l'erba ed è visibile solo quando è fiorita perché la punta dai fiori gialli, simile a una guglia dorata, si eleva sopra l'erba circostante. Ogni pianta ha un suo spazio in mezzo alle altre erbe, anche quando si diffonde in una zona non cresce in gruppo, non è un'infestante.

La personalità è complessa, si trova spesso dove passa la gente, ama stare con le persone, ma ha anche un aspetto solitario, non dà fastidio e non soffoca nessuno, ha bisogno

di tranquillità. La sua forma ricorda una gugia, richiama l'elemento Fuoco, la pianta ha una forte energia diretta verso l'alto.

Fiorisce da giugno a settembre. È un fiore di piena estate.

I piccoli fiori, di un giallo oro, sono pedunculati, disposti in un racemo, infiorescenza in cui i fiori hanno un peduncolo e si dispongono uno sull'altro su un asse fiorifero principale. Hanno cinque petali leggeri, tipo carta velina, con numerosi stami, i capolini sono rivolti verso l'alto. La fioritura avviene con un movimento a spirale dal basso verso l'alto, in basso si trovano i frutti, salendo ci sono i fiori sfioriti, poi i fiori in piena fioritura e infine i boccioli e la gemma apicale.

Agrimony ha un movimento ordinato, ogni cosa è al suo posto in una perfetta armonia. L'oro è incorruttibile, evoca la serenità interiore che viene dalla comprensione dell'Eterno.

Il calice dei fiori porta una piccola corona di peli uncinati e duri, ben visibili nel bocciolo. Nella fioritura i petali nascondono gli uncini che tornano ad essere visibili nel frutto. Quando il fiore secca diventa rossiccio e si reclinava verso il basso. Ogni singolo fiore dura solo tre giorni.

I petali aperti nascondono i peli uncinati, dunque l'eccesso di sensibilità verso gli altri, che si riconosce nei peli, è nascosto dall'aspetto aperto e ridente del fiore. Agrimony non è il tipo scherzoso e superficiale che apparirebbe a uno sguardo poco attento, nasconde una parte profonda, sensibile che ha una componente di tormento, l'uncino.

Il frutto ha la forma di una campanella contenente due acheni che portano, nella metà superiore, un anello di aculei uncinati, si attaccano al pelo degli animali o agli abiti delle persone che in questo modo li trasportano e ne favoriscono la disseminazione.

Gli uncini gli servono per muoversi nel mondo e riprodursi, Agrimony soffre di dipendenze, ha bisogno di stare attaccato a qualcuno o qualcosa. I due acheni ricordano il suo bisogno di compagnia, non vuole stare solo.

Lo stelo è eretto, pubescente, coperto cioè da una ruvida peluria, cilindrico, si innalza lineare, semplice o poco ramificato, tende a piegarsi all'estremità, soprattutto quando fa caldo.

È esuberante e al tempo stesso sensibile, emana energia verso l'alto, ma tende anche a incertezze ed esitazioni che lo piegano. È intuitivo e conosce il mondo, ma sentendone la sofferenza la rifugge, finge di non conoscerla.

Il rizoma è forte, breve e verticale, accumula zuccheri che gli servono per sopravvivere in inverno fino alla primavera seguente.

Nella radice c'è forza e una certa profondità, gli amidi sono il bagaglio interiore che può sostenerlo nei momenti bui.

Le foglie sono numerose alla base. Nel primo anno di vita la pianta produce solamente una rosetta basale di foglie, successivamente con l'apparire del fusto, solo nella parte inferiore compaiono le foglie cauline, cioè le foglie posizionate nella parte aerea dello stelo. Queste sono picciolate, imparipennate, composte cioè da un numero dispari di foglioline disposte a coppie più una singola all'apice, assomigliano alla penna di un uccello, sono oblungho-lanceolate, seghettate, la pagina superiore ha un colore verde intenso, la pagina inferiore un colore grigio-biancastro per la presenza di peli. Man mano che si sviluppa in altezza lo scapo floreale, le foglie si riducono trasformandosi in brattee.

Le foglie, dalle più grandi alla base, cui seguono verso l'alto foglie più piccole che poi scompaiono diventando brattee, esprimono equilibrio ed armonia.

Il colore degli acheni, degli uncini, delle foglie nella fase iniziale della decomposizione, degli steli quando appassiscono e della punta degli abbozzi fogliari è viola.

La sfumatura viola è l'interiorità, il conflitto, la malinconia.

La pianta è diffusamente pelosa, nello stelo e nelle foglie.

Agrimony è sensibile e ricettivo.

La forma della pianta può variare in base alle condizioni del luogo in cui cresce.

Recita parti diverse come un attore, mette le maschere e si protegge, ricorda il clown triste che fa ridere gli altri.

Etimologia

Il termine agrimonia deriva dal greco *árgemon* che significa "leucoma dell'occhio", nome di una specie di papavero usato nell'antichità contro un mal d'occhi detto "arghema", la pianta era indicata nella cura delle affezioni oculari. Il termine eupatoria si rifà al re Mitridate Eupator (132-63 a.C.) che scoprì le proprietà curative dell'agrimonia. Uno dei suoi nomi più comuni in inglese è *Church Steeples* che significa "guglia di chiesa".

Storia e mito

Già in stazioni neolitiche sono state trovate grandi quantità di frutti di agrimonia. Romani e greci la usavano per combattere le malattie epatiche, come vulnerario e come antiveleno. Dal Medio Evo ci giungono notizie di un suo uso molto diffuso, anche se indifferenziato da *Verbena officinalis*.

Secondo la mitologia greca Mitridate Eupatore, re del Ponto, introdusse la pianta in terapia.

Pianta medicinale

È un'erba amara, ricca di tannino, di resine e di acido salicilico, leggermente astringente, tonica, diuretica, antinfiammatoria, antiemorragica; migliora le funzioni epatiche e della bile. Per il contenuto di acido ursolico, che ha applicazioni analoghe a quelle del cortiso-

ne, è utile nella cura delle allergie. Per uso interno è da sempre utilizzata contro affezioni renali, coliti, dispepsia, allergie alimentari, diarrea, calcoli biliari, cistite, congiuntiviti e reumatismi. Per uso esterno è utile per contrastare eruzioni cutanee, piccole lesioni, contro le infiammazioni del cavo orale e delle tonsille, congiuntiviti ed emorroidi. Nell'Europa del nord l'infuso, che ha un sapore gradevole, viene usato come un comune tè stimolante.

Preparazione

Metodo della solarizzazione. Si utilizzano interi steli fioriti tagliandoli al di sopra dei fiori appassiti, non ci devono essere troppi boccioli sulla sommità.

*Leggera e gentile
i miei capolini
son tutti dorati
e guardano il sole.*

*Ma ho anche gli uncini...
li tengo nascosti
mi appendo e mi aggrappo,
così mi trasporti.*

*Non amo i conflitti,
non è la mia via;
a tutti sorrido
in grande armonia.*

*Una guglia di fuoco
si accende e poi tace
è solo nel cielo
che trovo la pace.*

Terza parte

Schemi riassuntivi
e immagini

	NOME INGLESE	NOME ITALIANO	NOME BOTANICO
1	Agrimony	Agrimonia	Agrimonia eupatoria
2	Aspen	Pioppo	Populus tremula
3	Beech	Faggio	Fagus sylvatica
4	Centaury	Centaurea	Centaureum umbellatum
5	Cerato	Piombaggine	Ceratostigma willmottiana
6	Cherry Plum	Mirabolano	Prunus cerasifera mirabolanum
7	Chestnut Bud	Gemma di ippocastano	Aesculus hippocastanum
8	Chicory	Cicoria	Cichorium intybus
9	Clematis	Clematide vitalba	Clematis vitalba
10	Crab Apple	Melo selvatico	Malus pumila
11	Elm	Olmo inglese	Ulmus procera
12	Gentian	Genzianella	Gentiana amarella
13	Gorse	Ginestrone	Ulex europeus
14	Heather	Erica	Calluna vulgaris
15	Holly	Agrifoglio	Ilex aquifolium
16	Honeysuckle	Caprifoglio	Lonicera caprifolium
17	Hornbeam	Carpino bianco	Carpinus betulus
18	Impatiens	Non mi toccare	Impatiens glandulifera
19	Larch	Larice	Larix decidua
20	Mimulus	Mimmolo	Mimulus guttatus
21	Mustard	Senape	Sinapis arvensis
22	Oak	Quercia farnia	Quercus robur varr. pedunculata
23	Olive	Olivo	Olea europea
24	Pine	Pino silvestre	Pinus sylvestris
25	Red Chestnut	Ippocastano rosso	Aesculus carnea
26	Rock Rose	Eliantemo	Helianthemum nummularium
27	Rock Water	Acqua di roccia	
28	Scleranthus	Scleranto	Scleranthus annuus
29	Star of Bethlehem	Stella di Betlemme	Ornithogalum umbellatum
30	Sweet Chestnut	Castagno	Castanea sativa
31	Vervain	Verbena	Verbena officinalis
32	Vine	Vite	Vitis vinifera
33	Walnut	Noce	Juglans regia
34	Water Violet	Violetta d'acqua	Hottonia palustris
35	White Chestnut	Ippocastano bianco	Aesculus hippocastanum
36	Wild Oat	Forasacco ramoso	Bromus ramosus
37	Wild Rose	Rosa selvatica o canina	Rosa canina
38	Willow	Salice giallo	Salix vitellina
39	Rescue Remedy	Cherry Plum + Clematis + Impatiens + Rock Rose + Star of Bethlehem	

Classificazione dei Fiori di Bach in base allo stato d'animo comune

Ipersensibilità alle influenze e alle idee
Agrimony, Centaury, Holly, Walnut

Incertezza
Cerato, Gentian, Gorse, Hornbeam, Scleranthus, Wild Oat

Insufficiente interesse per il presente
Chestnut Bud, Clematis, Honeysuckle, Mustard, Olive, White Chestnut, Wild Rose

Scoraggiamento
Crab Apple, Elm, Larch, Oak, Pine, Star of Bethlehem, Sweet Chestnut, Willow

Eccessi
Beech, Chicory, Rock Water, Vervain, Vine

Solitudine
Heather, Impatiens, Water Violet

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



*Leggera e gentile
i miei capolini
son tutti dorati
e guardano il sole.*

*Ma ho anche gli uncini...
li tengo nascosti
mi appendo e mi aggrappo,
così mi trasporti.*

*Non amo i conflitti,
non è la mia via;
a tutti sorrido
in grande armonia.*

*Una guglia di fuoco
si accende e poi tace
è solo nel cielo
che trovo la pace.*

POESIA

IMMAGINE CHIAVE

IL FIORE

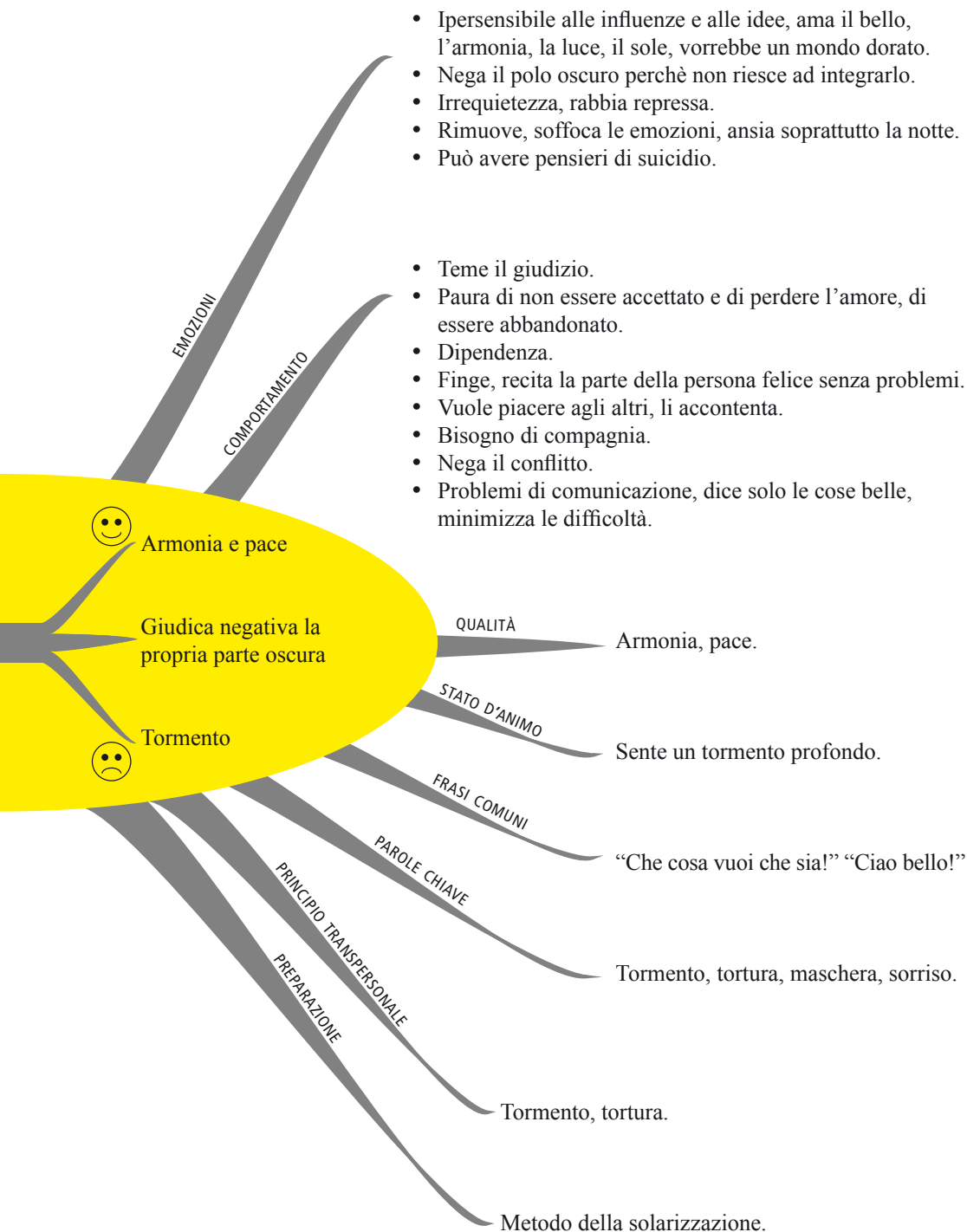
AGRIMONY

Agrimonia

**Ipersensibilità
alle influenze e alle idee**

FISIOGNOMICA

Agrimony si riconosce dal volto, la sua mandibola è pronunciata, triangolare, si nota una forte tensione nella zona della bocca e del mento che è abbastanza appuntito. Caratteristico è il sorriso e la sensazione di una maschera.



Il fiore ha cinque petali leggeri, tipo carta velina, color giallo oro, con numerosi stami, il capolino è rivolto verso l'alto.

L'oro è incorruttibile, evoca la serenità interiore che viene dalla comprensione dell'Eterno.



Salendo ci sono prima i fiori sfioriti, poi i fiori in piena fioritura e infine i boccioli e la gemma apicale.

Agrimony ha un movimento ordinato, ogni cosa è al suo posto, in una perfetta armonia.



Lo stelo è eretto, pubescente, coperto cioè da una ruvida peluria, cilindrico, si innalza lineare.

È esuberante e al tempo stesso sensibile (peluria).





Il calice dei fiori porta una piccola corona di peli uncinati e duri, ben visibili nel bocciolo.

Nasconde una parte profonda, sensibile che ha una componente di tormento, l'uncino. Soffre di dipendenze, ha bisogno di stare attaccato a qualcuno o qualcosa.



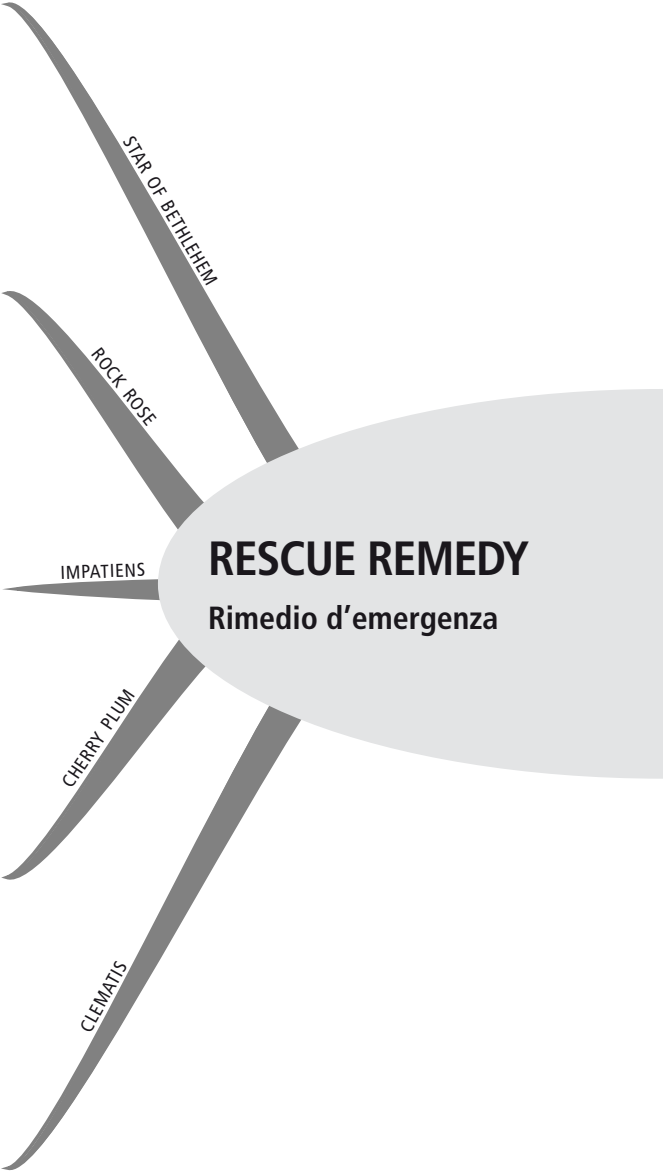
Le foglie, numerose alla base, sono picciolate, imparipennate, assomigliano alla penna di un uccello. Man mano che si sviluppa in altezza lo scapo floreale, le foglie si riducono trasformandosi in brattee.

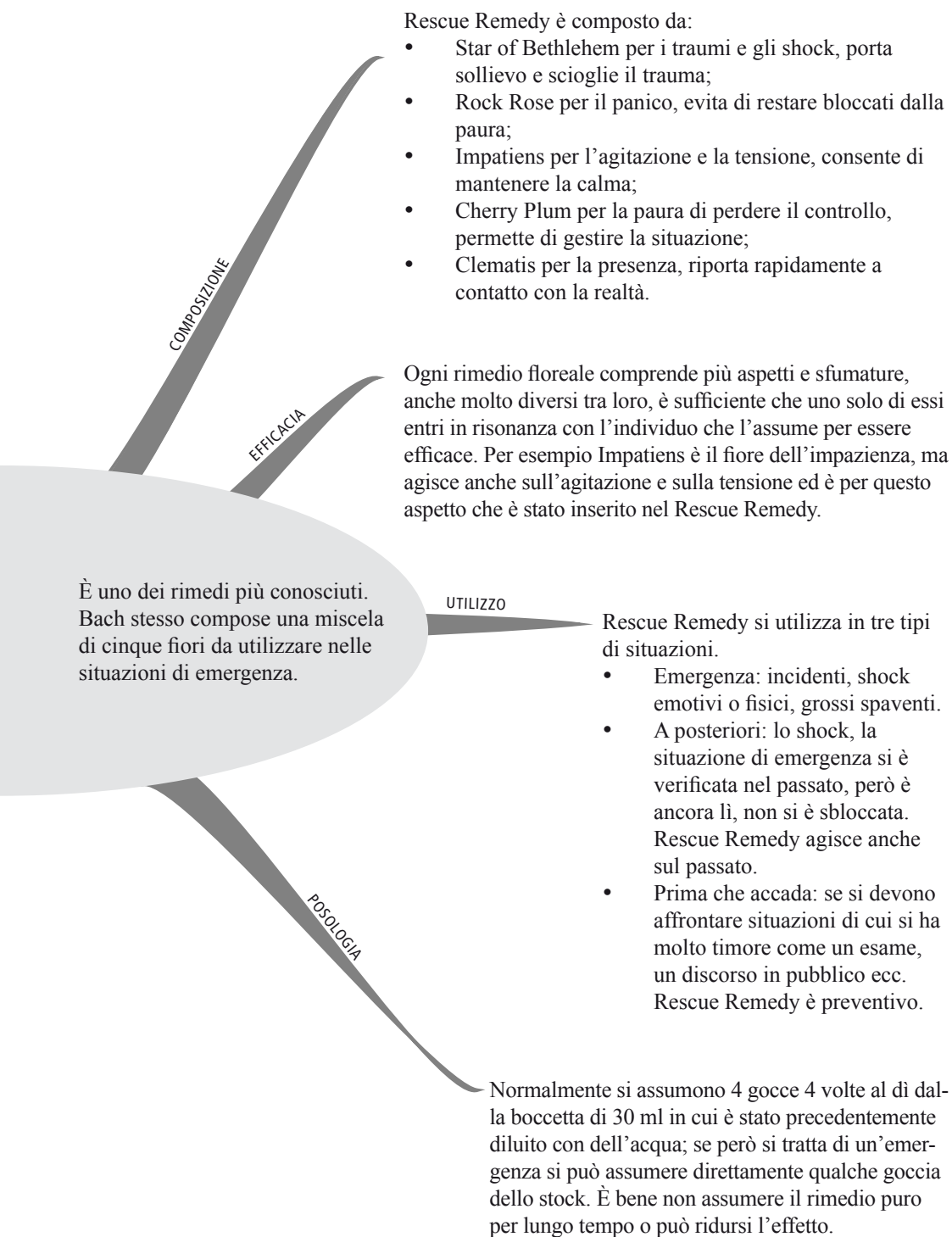
Esprimono equilibrio e armonia.



La pianta è visibile solo quando è fiorita perché la punta dai fiori gialli, simile a una guglia dorata, si eleva sopra l'erba circostante.

La sua forma ricorda una guglia, richiama l'elemento Fuoco, la pianta ha una forte energia diretta verso l'alto.





Star of Bethlehem

Per i traumi e gli shock; porta sollievo e scioglie i traumi.



Rock Rose

Per il panico, evita di restare bloccati dalla paura.



Impatiens

Per l'agitazione e la tensione, consente di mantenere la calma.





Cherry Plum

Per la paura di perdere il controllo, permette di gestire la situazione.



Clematis

Per la presenza, riporta rapidamente a contatto con la realtà.

Quarta parte

Appendice

Relazione tra le caratteristiche botaniche dei Fiori di Bach e i comportamenti umani

COLORE DEL FIORE	
Fiore bianco Clematis, Cherry Plum, Crab Apple, Holly, Olive, Star of Bethlehem, White Chestnut	<i>Interiorizzazione. Colore della purezza, di ciò che è incontaminato, dell'ultraterreno, del mondo dello spirito.</i> Olive: l'energia è recuperata dall'interiorità, fonti superiori, spirituali. White Chestnut: interiorizzazione, saggia canalizzazione di una energia piena e abbondante. Cherry Plum: porta la luce dello spirito negli angoli tenebrosi della mente, placa gli impulsi negativi che salgono dal buio dell'inconscio.
Fiore blu Cerato, Chicory	<i>Interiorizzazione.</i> Cerato: colore dell'intuito, profonda saggezza, voce interiore, l'energia è rivolta all'interno. Chicory: interiorità ricca, amore celeste generoso, senza limiti e condizioni.
Fiore rosso Larch, Oak (fiore femminile), Pine, Red Chestnut	<i>Esteriorizzazione.</i> Larch, Oak (fiore femminile), Pine: l'energia è rivolta all'esterno. Colore della materia. Forza e decisione, capacità di agire nel mondo. Red Chestnut: apprensione per gli altri.
Fiore rosso verdastro Beech	<i>Esteriorizzazione. È caldo, emotivo, la freddezza è solo apparente.</i>
Fiore rosso fuori, bianco dentro Honeysuckle	<i>Il rosso stimola al risveglio, riporta al presente e al compito da svolgere. Con il bianco l'energia è convogliata verso il centro, l'interiorità.</i>

Fiore marrone rossastro Elm	<i>È il colore della praticità. È capace di agire nel mondo, ordinato ed efficiente nel mondo materiale.</i>
Fiore grigio-bruno con antere rosse Aspen	<i>Colore delle nuvole, di mondi superiori, sottili, nascosti, necessità di radicarsi nella materia.</i>
Fiore giallo Hornbeam, Larch, Pine, Sweet Chestnut, Willow (fiore maschile)	<i>È il colore della ragione.</i>
Fiore giallo brillante con macchie rosse Mimulus	<i>Le paure razionali possono essere vinte dallo stesso intelletto. Il rosso ha che fare con le cose concrete.</i>
Fiore giallo oro Agrimony, Gorse, Mustard, Rock Rose	<i>Colore della luce dorata dello spirito che illumina l'oscurità e porta armonia e speranza, coraggio e fermezza.</i>
Fiore rosa Centauray, Heather, Vervain, Wild Rose	<i>È il colore della delicatezza.</i>
Fiore color malva Impatiens, Water Violet	<i>Gentilezza.</i> Impatiens: dolcezza e gentilezza sono le doti da sviluppare. Water Violet: gentile, fine.
Fiore verde Oak (fiore maschile, non si usa), Scleranthus, Sweet Chestnut, Vine, Walnut, Wild Oat, Willow (fiore femminile)	<i>Poco visibile, distaccato. Non prende posizione non decide.</i> Vine: manca di sensibilità emotiva.
Fiore viola porpora Gentian	<i>Richiama alla fede, allo Spirito.</i>

NUMERO DI PETALI	
Sei petali Star of Bethlehem	<i>Armonia cosmica, unione di Cielo e Terra.</i>
Cinque petali Agrimony, Centaury, Cerato, Cherry Plum, Crab Apple, Gentian, Gorse, Honeysuckle, Rock Rose, Vervain, Water Violet, White Chestnut, Wild Rose	<i>È il numero dell'uomo, dell'incarnazione.</i>
Quattro petali Holly, Olive, Mustard	<i>È il numero della Terra, del mondo materiale.</i>
Senza petali Clematis, Scleranthus, Vine, Walnut, Wild Oat	<i>Manca una parte emozionale profonda. Condizione di distacco, indifferenza o confusione rispetto al concetto che si ha di se stessi, nonché una certa aridità e assenza di calore.</i>
FORMA DEL FIORE	
Bocca aperta Heather	<i>Fame di affetto.</i>
Muso di scimmia Mimulus	<i>Scherzare e giocare con le sue paure gli è di aiuto.</i>
Stella (cinque punte) Centaury, Gentian	<i>Umanità, incarnazione.</i>
Stella (sei punte) Star of Bethlehem	<i>Antitesi degli opposti, unione tra Cielo e Terra, integrazione di parti separate.</i>
Fiasco Walnut	<i>Simbolo del grembo materno che genera il nuovo.</i>
Farfalla Gorse	<i>Le ali della speranza.</i>

Pronto soccorso e Fiori di Bach

DISTURBO	RIMEDIO
Aborti ripetuti	Crab Apple
Abusi sessuali, violenze, incesto	Crab Apple
Abuso di droghe, fumo, alcool, farmaci (per depurarsi)	Crab Apple, Star of Bethlehem oppure Crab Apple + Star of Bethlehem
Acidità di stomaco	Impatiens
Acne	Crab Apple + Holly + Pine oppure Crab Apple + Chicory + Walnut oppure Crab Apple + Walnut e Clematis (crema o latte detergente)
Acne giovanile	Holly + Crab Apple + Walnut (crema)
Acufeni a ripetizione	White Chestnut
Aderenze	Red Chestnut
Adolescenza con sbalzi d'umore	Scleranthus
Adolescenza e menopausa (se non si tollerano imperfezioni fisiche)	Crab Apple
Adolescenza, per chi si lascia influenzare dal gruppo e segue le mode	Cerato
Afte	Star of Bethlehem + Crab Apple oppure Star of Bethlehem + Crab Apple + Agrimony + Vervain (sciacqui)
Aggressività, scatti d'ira	Beech + Vine + Holly + Cherry Plum
Agonia, aiuta il morente nel momento del trapasso	Walnut oppure Aspen + Walnut
Agonia, per chi è così attaccato alla vita da non riuscire a lasciarla andare quando è venuto il momento	Honeysuckle
AIDS: infezioni, dura prova karmica, resa del sistema immunitario	Crab Apple, Pine, Gorse

Alcolismo	Agrimony + Impatiens + Cherry Plum
Alimentari, disturbi, tende a mangiare troppo (fame di vita)	Wild Oat
Allergie	Beech oppure Beech + Crab Apple + Cherry Plum + Agrimony
Allergie come prevenzione	Mimulus + Crab Apple + Gentian o Willow
Allergie e intolleranze alimentari (paura di essere invasi)	Crab Apple
Allergie stagionali	Scleranthus
Allucinazioni	Cherry Plum
Alopecia	Cherry Plum
Alzheimer	Scleranthus + Clematis + Honeysuckle + Cherry Plum oppure Scleranthus + Clematis + Cerato oppure Scleranthus + Clematis + Cherry Plum
Alzheimer, regressione alla fase infantile	Honeysuckle
Amalgame, quando vengono tolte	Crab Apple
Amenorrea	Scleranthus oppure Scleranthus + Rock Water
Anemia	Centauray, Clematis
Anestesia, ripulisce	Crab Apple
Angoscia profonda e ansia	Sweet Chestnut
Angoscia scatenata dalla morte di una persona cara, dalla rottura affettiva	Sweet Chestnut + Rescue Remedy + Walnut
Anoressia e bulimia	Scleranthus, Pine
Anoressia, non vuole crescere, odia le rotondità	Honeysuckle, Cherry Plum
Anorgasmia	Cherry Plum oppure Elm + Gentian + Olive
Ansia	Heather, Agrimony, Aspen, Red Chestnut
Ansia che porta ad accelerazione del battito cardiaco, del respiro	Impatiens

Ansia che tormenta di notte, o che si sfoga sul cibo	Agrimony
Apatia	Wild Rose
Apprendimento difficoltà	Chestnut Bud, Clematis, White Chestnut, Scleranthus, Larch, Cerato
Apprendimento lento	Chestnut Bud
Aritmie cardiache, perdita del controllo sul ritmo	Cherry Plum
Arteriosclerosi	Rock Water, Vine
Artrite	Rock Water, Willow oppure Rock Water + Beech + Water Violet oppure Water Violet + Vine + Beech
Artrite reumatoide	Willow oppure Willow + Pine + Rock Water
Artrosi, rigidità mattutina	Hornbeam (applicazione locale)
Artrosi: rigenerazione del tessuto, rigidità cronica, rigidità statica	Star of Bethlehem + Willow + Rock Water (crema) oppure Elm + Hornbeam + Olive (per via orale)
Artrosi con dolore	Star of Bethlehem + Willow + Rock Water + Impatiens (crema)
Artrosi con sovraccarico di un'articolazione	Oak
Ascesso	Vervain, Vine
Ascesso, accelera la maturazione e il drenaggio	Elm + Hornbeam + Olive (per via orale)
Ascesso con dolore	Elm + Hornbeam + Olive + Elm o Impatiens (per via orale)
Asma: sensazione di soffocamento, resistenza al passaggio dell'aria, trattiene l'aria	Mustard, Star of Bethlehem, Chicory oppure Chicory + Mimulus + Aspen + Heather + Cherry Plum
Assenze	Clematis
Assimilazione scarsa	Chestnut Bud
Astenia	Olive
Atrofia	Sweet Chestnut, Hornbeam
Atrofia muscolare	Wild Rose, Olive (in crema)

Catia Trevisani si laurea in medicina nel 1988 presso l'Università degli Studi di Milano; contemporaneamente approfondisce e pratica la medicina olistica. Ha fondato e dirige dal 1995 la Scuola SIMO (Scuola Italiana di Medicina Olistica). Da oltre vent'anni si occupa della formazione di naturopati con un approccio olistico e globale alla persona e alla salute. Pratica come medico naturopata e promuove la medicina olistica attraverso corsi e libri. Tra le sue pubblicazioni ricordiamo *Curarsi con il cibo* (Terra Nuova), *Fondamenti di nutrizione* (Edizioni Enea), *Reflessologia naturopatica* (Edizioni Enea), *Cucinare secondo natura* (Edizioni Enea), *Scegli di splendere* (Edizioni Enea).

In copertina: © Tamara Kulikova / shutterstock
Art Direction: Camille Barrios / ushadesign

€ 39,00

Il viaggio nella conoscenza dei fiori di Bach
è un meraviglioso sentiero alla scoperta di noi stessi
e degli altri, che ci permette di incontrare la guarigione
profonda, la pace e la gioia interiore.

ISBN 978-88-95572-29-1



9 788895 572291 >