

Paola Mazzetti

E tu che fiore sei?

Guida illustrata per migliorare
la propria vita con i fiori di Bach

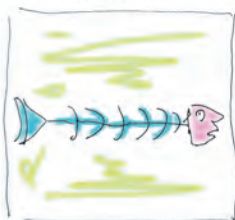
prefazione di Sergio Signori

LARCH



Tanto
non ci riesco

ELM



mi sono esaurito
per portare a termine
la mia missione

CLEMATIS



aspiro
a un altro mondo

GENZIAN



veolo
tutto nero!

AGRIMONY



sempre sorridente

CICORY



Io ho sempre
ragione

Terra Nuova
EDIZIONI

Paola Mazzetti

E tu che fiore sei?
Guida illustrata
per migliorare la propria vita
con i fiori di Bach

Editrice Aam Terra Nuova

Autrice e curatrice delle illustrazioni:
Paola Mazzetti

Editing: Cristina Michieli

Impaginazione: Daniela Annetta

Copertina: Andrea Calvetti

Illustrazioni di copertina: Paola Mazzetti

© 2007, Editrice Aam Terra Nuova,
via Ponte di Mezzo 1 – 50127 Firenze
tel 055 3215729 fax 055 3215793
libri@aamterranuova.it - www.aamterranuova.it

I edizione, novembre 2007

ISBN 88-88819-18-5

Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte del libro può essere riprodotta o diffusa con un mezzo qualsiasi, fotocopie, microfilm o altro, senza il permesso dell'editore.

Le informazioni contenute in questo libro hanno solo scopo informativo, pertanto l'editore non è responsabile dell'uso improprio e di eventuali danni morali o materiali che possano derivare dal loro utilizzo.

Stampa: Lineagrafica, Città di Castello (Pg)

Fiori di Bach: proviamo a spiegare la loro efficacia

*di Sergio Signori**

Fiori. Perché poi i fiori? In base a quale "criterio" quello strano medico che fu Edward Bach scelse di impiegarli fra tutte le altre parti della pianta, creando un sistema terapeutico del tutto originale che a distanza di circa ottant'anni fa ancora discutere sulla sua reale efficacia? Ma cosa "contengono" queste bottigliette, oltre ad acqua e brandy? Per comprendere questo oscilleremo fra scienza ed esperienza; il solo ingrediente richiesto è apertura mentale; non si deve assolutamente rinunciare ad essere "razionali" o "scientifici"; per carità, siamo stanchi di sentire ripetere che i Fiori funzionano solo "se ci si crede", anche perché le prove scientifiche non mancano.

È stato appurato in ambienti di ricerca ortodossi (università) che i Fiori di Bach sono in grado di influenzare reazioni chimiche elementari fra "semplici", sostanze la cui interazione dovrebbe avvenire in modo rigorosamente fisso, e che sono in grado di influenzare la velocità di sedimentazione di cristalli di vari minerali, fatto questo pure inspiegabile secondo le leggi della fisica tradizionale.

I Fiori dunque non agiscono solo sulla psiche di facili creduloni, ma addirittura anche a livello inorganico.

Vi sono poi innumerevoli testimonianze della loro efficacia sulle piante, sugli animali sia da compagnia che da allevamento, su bambini anche piccolissimi. Dov'è dunque la possibilità di invocare, in questi casi, il famoso "effetto placebo"? Ma qualcosa è cambiato ancora, rispetto a ciò

che possiamo comprendere su questi rimedi chiamati "la Medicina dell'Anima"; qualcosa è cambiato dopo gli studi di Masaru Emoto. Si tratta di un naturopata giapponese che ha pubblicato decine e decine di fotografie di cristalli d'acqua ghiacciata; le foto vengono eseguite in un laboratorio alla temperatura di meno cinque gradi: si entra con uno scafandro, potendovisi soggiornare solo per un periodo breve.

Le prime esperienze furono abbastanza "normali": l'acqua (pensate ai fiocchi di neve) gela con una struttura geometrica esagonale. Le prime fotografie paragonavano cristalli di acque provenienti da fiumi, da acquedotti di varie grandi città, quindi acque con vario grado e genere di inquinamento. Ora, in maniera abbastanza prevedibile, più l'acqua era inquinata meno i cristalli risultavano regolari o completi; spesso l'acqua gelando non cristallizzava nemmeno, formando una struttura amorfa.

I primi risultati interessanti arrivarono quando si usarono acque provenienti da luoghi "sacri" di varie tradizioni religiose, comprese le acque dei luoghi mariani (Lourdes, Medjugorie). Ma il vero giro di boa avvenne quando Masaru cominciò ad usare acqua distillata; qui cominciarono le cose sorprendenti. Conviene ripeterlo: acqua distillata, sempre uguale! Dunque l'acqua rivelò la capacità di modificare il proprio modo di cristallizzare se durante il processo di congelamento veniva fatta suonare musica, ma solo musica "consonante", armoniosa, soprattutto musica classica (Mozart, Bach e molti altri autori). La musica dissonante (più di tutte la musica "metal") scompaginava i cristalli o rendeva impossibile la cristallizzazione. Ma vi fu molto di più: l'acqua distillata modificava il proprio "comportamento" anche se venivano

pronunciate parole; i cristalli addirittura miglioravano con parole come "amore", "ti voglio bene", "grazie", e si scompaginavano con parole come "odio", "ti ucciderò", "mi fai star male". Il colmo si verificò quando durante la formazione del cristallo vennero messi vicino all'acqua distillata foglietti di carta con parole scritte, ed in varie lingue.

Qualcuno sta protestando indignato? Signore e Signori, non si tratta di teorie ma di fatti, documentati da centinaia di fotografie. Chiunque potrebbe ripetere queste esperienze. Dopo Masaru Emoto (ma altri studi ed esperienze erano già stati fatti e sempre osteggiati dalla scienza "ufficiale") possiamo parlare dunque di "acque informate". Qui la chimica (scienza che va per la maggiore, soprattutto fra le scienze biologiche) non ci può per nulla aiutare; dobbiamo invocare la fisica e ...la geometria!

La fisica (soprattutto da Einstein in poi) ci insegna che la materia è energia densificata; ma che cosa fa strutturare la materia? Dipende dal tipo di "informazione" che ogni materia riceve: le prime forme d'energia materializzata, le forme "fondamentali" apparse sul nostro pianeta, appartenevano al regno minerale (qui Bibbia e scienza sono d'accordo!); ma vi sono minerali con un maggiore o minore grado d'ordine geometrico nelle loro molecole.

Per esempio, ogni cristallo di rocca possiede una geometria perfetta, fedele al proprio principio d'ordine, con una struttura trigonale sempre uguale che ripete uno dei cinque solidi platonici dai quali derivano tutte le forme della materia: infatti gli atomi delle molecole, e gli aggregati di molecole, si dispongono nello spazio secondo forme geometriche.

Quale forza ordinatrice si nasconde dietro questa perfezione

geometrica? Quale "informazione" (informare = dare forma) mantiene inalterato il "programma" di base? Ci risponde la biofisica, spiegando che anche la materia che noi consideriamo da qualche secolo "inanimata" contiene una sorta di intelligenza, un ordine intrinseco che la precede. E proprio uno strumento odierno, il computer, dà una conferma dell'importanza della struttura geometrica per l'informazione: il microcip, l'elemento base d'ogni computer, è costituito da cristallo di quarzo (silicio); le informazioni possono essere trasmesse solo grazie alla struttura geometrica intrinseca a questo minerale; se distruggessimo questa, pure lasciando inalterata la composizione chimica, perderemmo le informazioni in esso immagazzinate.

L'importante non è solo nel tipo di materia, ma nella sua geometria; quindi l'informazione che una sostanza trasmette non dipende solo dalla sua composizione chimica, ma dal maggiore o minore ordine geometrico dei suoi atomi e delle sue molecole; per questo si riconoscono ai cristalli (le strutture minerali più ordinate) particolari proprietà. Lo stesso vale per l'acqua: quale differenza fra un'acqua in cui gli aggregati di molecole (clusters) siano ordinati ed un'acqua in cui essi siano caotici; sempre H_2O , ma con proprietà completamente diverse.

Questa capacità dell'acqua di modificare il proprio assetto elettromagnetico e l'aggregazione delle proprie molecole spiega parecchi fenomeni che la chimica non comprende, come la cosiddetta "memoria dell'acqua", come nell'omeopatia. Vediamo qualche conseguenza: se qualcuno si chiede cosa c'entri in fondo l'acqua ghiacciata con la cura di sé, significa davvero che abbiamo bisogno di recuperare una visione più integrata delle cose; significa

che la nostra cultura tende a scindere, a dividere, per cui pensiamo che la salute e la malattia nulla c'entrino col fatto straordinario che l'acqua può ricevere e trattenere informazioni anche non materiali, quali quelle di una parola o di una scritta. Significa che stiamo dimenticando che il nostro corpo è costituito per il 70% d'acqua e che se quest'acqua, come dimostrano le ricerche di Emoto, si modifica con una parola, non possiamo più ignorare che possiamo curarci anche dicendoci "ti voglio bene"; in altre parole che non dovremmo più escludere l'Amore dalla cura delle malattie. Perché di questo in fondo si tratta, e se finora queste affermazioni potevano sembrare, a chi ami ancora solo la visione scientifica tradizionale, frutto al più di buonismo o di fervore *New age*, oggi, grazie al dottor Emoto, abbiamo una conferma scientifica che non è così, che l'acqua può ricevere, modificandosi, la più vasta gamma di informazioni.

Torniamo ora ai Fiori di Bach. Che c'entrano con quanto abbiamo fin qui detto? Si tratta ancora una volta di acque informate! Bach si accorse che mettendo a bagno i fiori che aveva scelto in acqua di fonte ed esponendo il tutto al sole o al calore, l'acqua riceveva e tratteneva l'"informazione" di ogni fiore. Il brandy serve solo a conservare l'acqua. Ma come faceva Bach a conoscere l'effetto di ogni fiore? A sapere se curava le persone irascibili o quelle paurose, scoraggiate, possessive o depresse? E qui mi immagino ancora proteste da parte delle persone "scientifiche", perché la risposta è molto semplice: sentendolo!

Niente strumenti scientifici, niente esami di laboratorio, perché Bach li abbandonò progressivamente nel corso delle sue ricerche.

Sensibilità o "sensitività", capacità archetipicamente

“femminile”. Certo la scienza tradizionale, ortodossa, non accetta una simile possibilità. Ma esistono numerosissimi esempi accertati da scienziati sulle più straordinarie capacità di molti esseri umani di accedere ad una conoscenza “intuitiva” che non ha a che fare con misure o analisi, ma con quella “sensibilità” che potrebbe avere ciascuno di noi, se non fossimo condizionati da tre-quattro secoli di mentalità “cartesiana”, materialista, razionalista. Non si contano più, ormai, i libri scientifici che dimostrano quanto siano angusti i limiti che questa scienza si è data, e che non vuole cedere il passo alle più moderne acquisizioni della fisica quantistica, delle neuroscienze, dell’antropologia, della psicologia transpersonale, tanto per citare le principali.

Grazie dunque ad Edward Bach che circa ottant’anni fa ci diede questo straordinario dono. Mi sembra bello concludere citando una sua frase, alla quale mi associo con profonda umiltà: “E ringraziamo il grande Creatore di tutte le cose che, nella sua infinita bontà, ha posto per noi nei campi le Erbe che ci guariscono”.

* Dopo un lungo servizio ospedaliero, l’autore, medico specialista in medicina interna, pratica oggi le Medicine Complementari come libero professionista.

Introduzione

È bello pensare che in ognuno di noi c'è una parte sana capace di aiutare l'altra, quella sofferente che chiamiamo "Io".

Dunque una buona novella; non dobbiamo reprimere o negare le nostre emozioni, non dobbiamo tagliarci la coda, le unghie o metterci la museruola, perché con un po' di attenzione e pazienza verso noi stessi possiamo modificare a nostro vantaggio una situazione esistenziale negativa che sembrava data per ineluttabile.

Tuttavia un prepotente non diventerà un sottomesso, ma un leader; una persona mite e gentile non arriverà a battere il pugno sul tavolo, ma sarà capace di dire "no". Percorrendo a ritroso il fiume nero delle emozioni negative possiamo arrivare all'uscita del tunnel.

Indicazioni per la scelta e l'uso dei Fiori di Bach

Per facilitare la scelta del rimedio più idoneo, nelle pagine che seguono sono riportati 338 disegni che raffigurano e sintetizzano altrettanti profili psicologici e situazioni esistenziali. Ogni caso è poi corredato con l'illustrazione del rimedio floreale idoneo, con in breve le principali caratteristiche.

I rimedi floreali vengono usati singolarmente oppure in miscele personalizzate. Del prodotto pronto all'uso si assumono normalmente 4 gocce 4 volte al giorno direttamente sotto la lingua. La frequenza di assunzione può variare a seconda si intenda diminuire o aumentare l'effetto desiderato. Alcuni rimedi possono, in persone sensibili, causare un aggravamento iniziale. Si tratta di una fase di consapevolezza che rientra nel processo di guarigione.

Il periodo di assunzione invece varia da qualche giorno a uno o due mesi.

Non esiste un orario preciso, anche se è preferibile assumerli la mattina a digiuno, la sera prima di coricarsi e comunque lontano dai pasti.

Per bambini piccoli si possono diluire 4 gocce in un po' d'acqua da bere durante la giornata.

AGRIMONY

IL GRANDE COMPIACENTE



Il grande compiacente sempre sorridente.

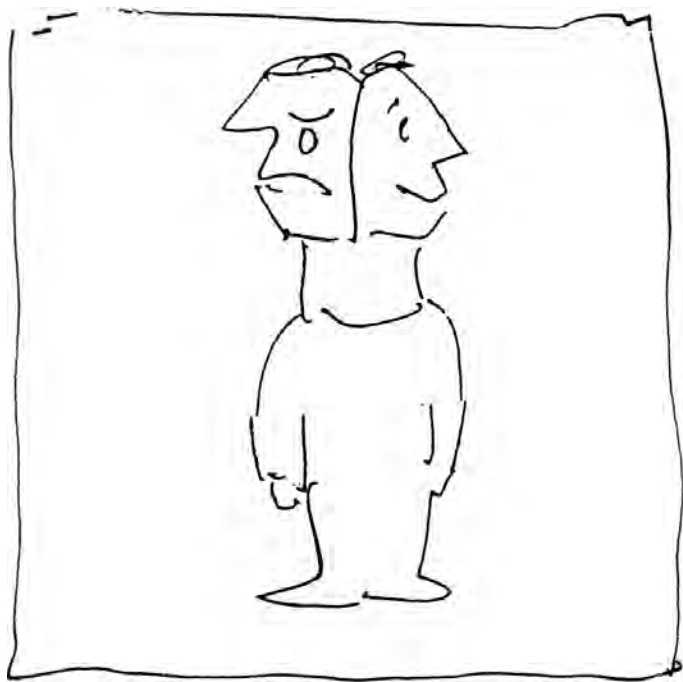
LA SITUAZIONE

Sono agitato, angosciato, piango ma dentro di me non lo faccio vedere, anzi, ho in faccia una bella maschera con un sorriso stereotipato che serve a nascondermi. Ho paura ad esprimere le mie emozioni, ho paura perfino a confessarle a me stesso.

Non sopporto la semplice idea di litigare o di ferire qualcuno e di non essere più amato. Cosa potrebbe mai succedere se io veramente mi toglinessi la maschera? Forse avrei una faccia orribile, forse uscirebbe fuori il verme dalla mela bacata. No, meglio nascondersi dietro la maschera!

Tengo chiuse tutte le mie emozioni ed io stesso finisco per negarle ed insabbiarle. Solo quando la pressione non è più sostenibile arriva il panico: anche allora riesco tuttavia a ricompormi ritrovando la mia maschera sorridente.

Il grande compiacente.



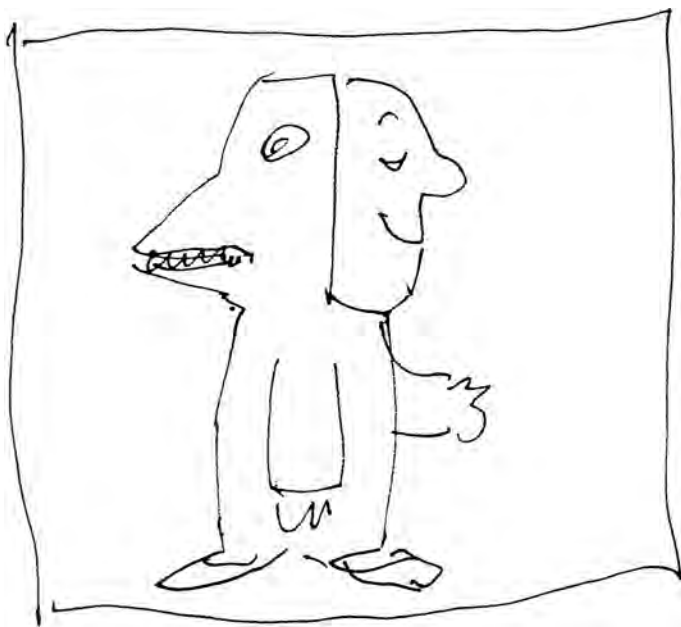
Sorride il volto ma piange il cuore.

Il grande compiacente.



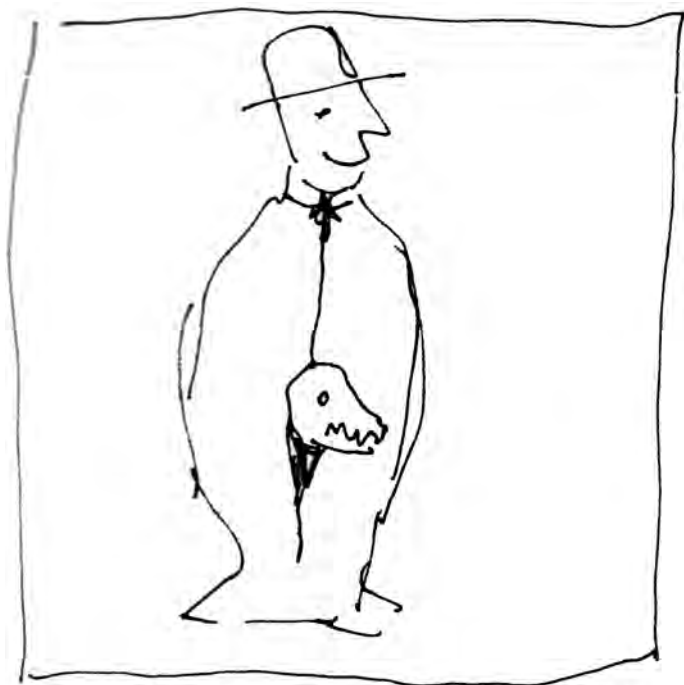
Mostro solo la mia facciata.

Il grande compiacente.



Cosa succederebbe se mi toglieassi la
maschera?

Il grande compiacente.



Nascondo le mie emozioni.

LA TRASFORMAZIONE, un altro punto di vista

Oggi è un giorno nuovo: giù la maschera con il suo sorriso perenne! Non devo più nascondermi, posso anche piangere, finalmente ho la mia vera faccia.

Credevo di poter avere il sole senza l'ombra, ma ora so che l'ombra fa parte della mia vita; abbraccio le mie preoccupazioni invece di insabbiarle.

Oso guardare le bollette da pagare, abbraccio il mio contatore del gas invece di odiarlo e scrivo attentamente le sue piccole cifre in nero e in rosso. Ascolto i lamenti che provengono dal mio corpo, abbraccio il mio stomaco che ho strapazzato un po' troppo; ora farò qualcosa per lui.

Avendo attraversato l'ombra, oggi posso vivere il sole con pienezza ed essere l'amico allegro che porta gioia e pace.

WILLOW - Salice giallo.



Sono un grande albero che può arrivare all'altezza di 24 metri. Cresco lungo i corsi d'acqua. I fiori maschili sono gialli e i fiori femminili verdi e crescono su alberi separati.

Fiorisco tra marzo e maggio.

INDICAZIONI PER L'AUTOPRESCRIZIONE

Fiori per La Paura

MIMULUS, ROCK ROSE, guaritori

APEN, CHERRY PLUM, RED CHESTNUT, assistenti

Fiori per L'Incertezza

CERATO, GENTIAN, SCLERANTHUS, guaritori

GORSE, WILD OAT, aiuti

HORNBEAM, assistente

Fiori per La mancanza d'interesse per il presente

CLEMATIS, guaritore

OLIVE, aiuto

WHITE CHESTNUT, WILD ROSE, assistenti

Fiori per La Solitudine

IMPATIENS, WATER VIOLET, guaritori

HEATHER, aiuto

Fiori per L'Ipersensibilità alle influenze e alle idee altrui

AGRIMONY, CENTAURY, guaritori

HOLLY, WALNUT, assistenti

Fiori per Lo scoraggiamento e La disperazione

OAK, aiuto

CRAB APPLE, ELM, LARCH, PINE, STAR OF

BETHLEHEM, SWEET CHESTNUT, WILLOW,

assistenti

Fiori per La Preoccupazione eccessiva per gli altri

CHICORY, VERVAIN, guaritori

ROCK WATER, VINE, aiuti

BEECH, assistente

INDICE

Fiori di Bach, proviamo a spiegare la loro efficacia	3
Introduzione	9
Indicazioni per la scelta e l'uso dei fiori di Bach	10
1. Il grande compiacente, sempre sorridente AGRIMONY	11
2. Ho paura del buio, non lasciatemi solo. ASPEN	23
3. Ti dico io come si fa, voi non sapete fare nulla. BEECH	35
4. Signorsì, mangiami pure. CENTAURY	47
5. Ditemi voi che fare? A tutti chiedo consiglio. CERATO	59
6. Tutto è sotto controllo. Tengo a bada il prigioniero. CHERRY-PLUM	71
7. Il fuggiasco. Non sono in casa. CHESTNUT BUD	83
8. Io ho sempre ragione "per mangiarti meglio...". CHICORY	95
9. Il grande sognatore, aspira a un altro mondo. CLEMATIS	107
10. Tutto è impuro. Ho paura di contaminarmi. CRAB APPLE	119
11. Non ce la faccio più, sono troppo debole per questo compito. ELM	132

12. Ho gettato la spugna. Sono un brutto rospo. GENZIAN	143
13. Dubito di tutto, mi manca l'aria. GORSE	155
14. Ascoltami, parlo dunque sono. HEATHER	167
15. Sono vittima di un complotto. Vi invidio. HOLLY	178
16. Il bel tempo passato. Non ci sono più stagioni. HONEY SUCKLE	190
17. Vivere, che fatica! Chi me lo fa fare? HORNBEAM	202
18. Non ho tempo da perdere. Siete delle tartarughe! IMPATIENS	214
19. Loro sì, io no. Tanto non ci riesco. LARCH	226
20. La paura fa novanta. O Dio! Una mosca! MIMULUS	238
21. Il malinconico. Una nuvola nera mi avvolge. MUSTARD	250
22. Teso nello sforzo fino all'estremo. Porto il mondo sulle spalle. OAK	262
23. Non c'è più energia, che stanchezza! OLIVE	274
24. È tutta colpa mia. Mi sono crocefisso. PINE	285
25. Un amore esorbitante. Ti tengo stretto a me. RED CHESTNUT	297

26. Preso dal panico. Aiuto!	309
ROCK ROSE	
27. IL perfezionista. Sognando l'impossibile.	320
ROCK WATER	
28. L'eterno indeciso. Questo o quello?	332
SCLERANTHUS	
29. Sotto shock. Colpito nel cuore.	344
STAR OF BETHLEHEM	
30. IL disperato, pensieri tristi ossessivi.	355
SWEET CHESTNUT	
31. L'entusiasta. Sono super agitato.	367
VERVAIN	
32. IL dominatore. Tu non sei nessuno.	379
VINE	
33. Influenzabile. C'è sempre qualcuno che mi consiglia.	391
WALNUT	
34. L'orgogliosa solitudine. Chiuso nella mia autosufficienza.	403
WATER VIOLET	
35. IL ruminante. Penso troppo.	415
WHITE CHESTNUT	
36. Che fare? Nessuna strada è la mia.	427
WILD OAT	
37. L'apatico. Non pensare, riposa.	439
WILD ROSE	
38. La vittima. IL mondo mi è contro.	451
WILLOW	
Indicazioni per l'autoprescrizione	463

Vuoi conoscere le tue qualità segrete?

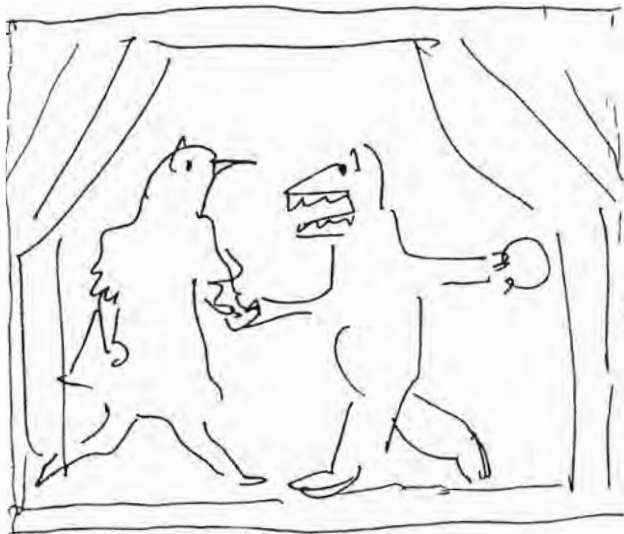
IL GIOCO DELLE TRE PAROLE

Una collana, un gatto, uno specchio, con queste tre parole fai una storia.

Tutti faranno una storia, nessuna sarà uguale alla tua.

Tutti saranno registi e attori in un teatro la cui caratteristica è che nessuno sa recitare.

Scoprirai qualcosa che non sai di te. Buon divertimento!



Teatro da Camera con Paola Mazzetti

tel. 06 6879323 - cell. 3287045710

Paola Mazzetti vive e lavora a Roma, dove conduce da anni corsi di attivazione creativa, basati sul disegno, l'elaborazione di immagini e il gioco teatrale.

Ha lavorato a Zurigo con la fondatrice della terapia della sabbia, la signora Dora Kalf, e ha in seguito conseguito l'attestato di practitioner.

fecio
quello de posso



aiuto me stesso
con posso aiutare
gli altri

ISBN 88-88819-18-5



9 788888 819181

€ 13,50