

Attivazioni Biologiche

5 Leggi Biologiche e non solo!

I Fiori di Bach

Secondo il **Dr. Bach** la malattia è "il risultato di un conflitto tra il nostro io spirituale e quello mortale". Nei suoi testi si esprime così:

"...Questo significa mandare avanti la casa, dipingere, coltivare la terra, fare l'attore su un palcoscenico o lavorare in negozio o in casa. E questo lavoro, qualsiasi esso sia, se l'amiamo più di ogni altra cosa...il lavoro che dobbiamo fare in questo mondo e l'unico che ci permette realizzare il nostro vero io."

"La malattia è una reazione alle interferenze. Sono fallimenti ed infelicità che si verificano quando permettiamo agli altri di influenzare le nostre scelte e ci lasciamo prendere dal dubbio, dalla paura o dall'indifferenza."

Suddivise i **38 Fiori** da lui studiati in sette gruppi, che figurano i conflitti:

- [Paura](#)
- Insicurezza
- Indifferenza nei confronti di ciò che ci circonda
- Solitudine
- Ipersensibilità all'influenza e alle idee degli altri
- Scoraggiamento o disperazione
- Eccessiva preoccupazione per gli altri

Vedremo per ogni singolo fiore le sfumature che si abbinano a questi sette conflitti.

Il Dr. Bach definì anche i sette stadi della guarigione dalle malattie:

- pace
- speranza
- felicità
- fede
- sicurezza
- saggezza
- amore

PER CHI HA PAURA <ul style="list-style-type: none">• Rock Rose *• Mimulus *• Cherry Plum• Aspen• Red Chestnut	PER CHI È INCERTO <ul style="list-style-type: none">• Cerato *• Scleranthus *• Gentian *• Gorse• Hornbeam• Wild Oat	PER CHI NON HA INTERESSE PER IL PRESENTE <ul style="list-style-type: none">• Clematis *• Honeysuckle• Wild Rose• Olive• White Chestnut• Mustard• Chestnut Bud
PER CHI SOFFRE DI SOLITUDINE <ul style="list-style-type: none">• Water Violet *• Heather• Impatiens *• Agrimony *• Centaury *• Walnut• Holly	PER CHI SI SCORAGGIA E SI DISPERA <ul style="list-style-type: none">• Larch• Pine• Crab Apple• Sweet Chestnut• Elm• Star of Bethlehem• Oak• Willow	PER CHI SI PREOCCUPA DELL'ALTRUI BENESSERE <ul style="list-style-type: none">• Chicory *• Vervain *• Vine• Beech• Rock Water

I 38 Fiori

In questa lunga parte tratteremo di tutti i 38 fiori descritti dal Dr. Bach, con l'aggiunta di nozioni relative all'[Enneagramma delle Personalità](#) ed alle [5 Leggi Biologiche](#), in funzione di determinarne un uso adeguato, nel rispetto della raccomandazione principale:

"Mai alterare il Programma Speciale Biologico e Sensato".

Le caratteristiche dei 38 rimedi sono state estrapolate dalla seguente pubblicazione online: *I 38 FIORI DI BACH*

I Dodici Rimedi originali sono indicati da un asterisco verde (*)

* **AGRIMONY (Agrimonia) - Agrimonia eupatoria**

NASCONDERE I PROBLEMI DIETRO UNA FACCIATA GAIA E SPENSIERATA

Agrimony è indicato per le persone che, dietro una maschera allegra e spiritosa, celano paure, preoccupazioni e talvolta addirittura vere e proprie sofferenze che nascondono agli altri ma spesso anche a sé stessi. Anche se sono tormentate tendono a scherzare sui loro problemi, ma non esprimono mai veramente le proprie paure. Evitano la solitudine, e la loro vita sociale serve solo a cercare distrazioni nella compagnia altrui.

Cercano di ignorare il lato oscuro della vita e tendenzialmente di non prendere le cose sul serio, piuttosto che accettare un confronto. A volte hanno sonni agitati, con pensieri cupi e tormentosi.

Reprimono il loro disagio con un forte uso di alcolici, pillole stimolanti o un'alimentazione eccessiva.

• **Finalità:** diventare veramente gioiosi e socievoli, riuscendo a comunicare apertamente le proprie sensazioni e accettare che la vita è fatta anche di lati meno piacevoli.

Sentimento sincero di accettazione di sé stessi e di gioia interiore. Maggiore apertura verso gli altri ed alla comunicazione.

→ Dr. Bach:

"...sanno nascondere le loro preoccupazioni dietro l'umorismo e lo scherzo e sono considerate degli ottimi amici da frequentare."

- **Enneatipo:** 7 - 9 - 3
- 2
- **Foglietto:** Ectoderma

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può essere utile a esprimere il proprio shock emozionale, ciò che continua a tenere in fase attiva il programma SBS.

Rimuovendo la coltre di protezione e la tendenza "al raccontarsela", Agrimony può aiutare la persona a fidarsi con chi ella riterrà più opportuno, in modo da **portare in coscienza l'emozione trattenuta e l'inibizione all'azione** che mantiene la persona in conflitto attivo.

ASPEN (Pioppo) - Populus Tremula

PAURE E PREOCCUPAZIONI DI ORIGINE IGNOTA

Aspen è indicato per le persone che improvvisamente, e senza alcun motivo specifico, vengono prese da ansia, paura o da preoccupazioni.

Utile dopo aver fatto un brutto sogno, anche se non se ne ha memoria.

Indicato per bambini che soffrono di incubi e stati d'ansia notturni. Le paure possono presentarsi di giorno o di notte: quando si è da soli o anche in compagnia, improvvisamente può verificarsi un'inspiegabile sensazione di paura o la premonizione di un male imminente, eventualmente accompagnate da tremito.

• **Finalità:** uno stato di pace interiore, di sicurezza e di assenza di paura. Forte desiderio di avventura e di nuove esperienze, senza che la persona pensi a eventuali difficoltà o pericoli.

→ Dr. Bach:

"Se giungiamo a questa presa di coscienza, significa che abbiamo abbandonato il dolore e la sofferenza alle nostre spalle, che tutti i pericoli, le preoccupazioni o le paure sono ormai lontane, e che abbiamo dato addio a tutto, tranne che alla gioia di vivere, alla gioia di morire e alla gioia di essere immortali ... siamo in grado di percorrere questa via superando ogni pericolo, superando ogni difficoltà, senza paura alcuna."

- **Enneatipo:** 7 - 6 - 5
- **Foglietto:** Ectoderma
(bronchi, laringe, mucosa nasale, corpo vitreo);
Costellazione Occipitale

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può essere utile nelle Costellazioni fronto-occipitale, per le ansie improvvise dovute ad un dubbio sulla propria salute, magari perché si è avvertita una qualche parte alterata del proprio organismo. Se ne può fare buon uso nel glaucoma.

BEECH (Faggio) - Fagus sylvatica

INTOLLERANZA NEI CONFRONTI DEL PROSSIMO, ATTEGGIAMENTO CRITICO

Beech è indicato per le persone permanentemente critiche e intolleranti nei confronti dei difetti del prossimo e che non sono capaci di fare concessioni. Di rado viene percepito il lato positivo del prossimo. Predomina una forte sensazione di superiorità, la facilità a esprimere giudizi impietosi e l'arroganza, mentre al contempo ci si irrita facilmente di fronte all'eccentricità e alla condotta degli altri. Si è

- **Enneatipo:** 8 - 1
- **Foglietto:** Ectoderma
(Costellazione Aggressiva)

fermamente convinti di avere sempre ragione, mentre tutti gli altri hanno torto.

• **Finalità:** la tolleranza, la capacità di capire il prossimo e la sensazione di formare un tutt'uno con le altre persone. Consente alla persona di vedere, dietro ai difetti del prossimo, il lato buono e positivo.

→ Dr. Bach:

"Per coloro che sentono il bisogno di vedere più bontà e più bellezza in tutto quanto li circonda..."

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può essere utile nelle persone livorose, che hanno percepito la **violazione del proprio territorio** e la **non considerazione della propria identità**, da parte degli altri, attivando la mucosa gastrica e le vie biliari, ma anche le vie urinarie. Può essere utile nella gestione della Costellazione aggressiva.

* **CENTAURY (Centaurea minore) - Centaurium umbellatum**

MANCANZA DI VOLONTÀ E FACILE INFLUENZABILITÀ

Indicato per chi fa fatica a "dire di no". Queste persone si fanno sfruttare o addirittura comandare dagli altri.

Chi è di norma timido, un po' passivo e non ha molta forza di volontà, per chi soccombe nel suo timore al bisogno di piacere al prossimo. Atteggiamento di sottomissione nei confronti della volontà del prossimo, ostacolando una vera e propria collaborazione reciproca. Si continua a negare i propri desideri o la propria vocazione, piuttosto di accettare il rischio di un confronto. La persona si preoccupa costantemente di "fare la cosa giusta".

Si tende a non avere energia e ad essere subito stanchi.

• **Finalità:** Disponibilità ad aiutare gli altri, ma senza negare le proprie esigenze. Riuscire ad esprimere e a far valere le proprie opinioni. Si riesce ad andare d'accordo con il prossimo. Grazie alla coscienza dei propri desideri e delle proprie necessità, si può proseguire per la propria strada con determinazione e energia, senza lasciarsi ostacolare dalle opinioni degli altri.

→ Dr. Bach:

"Il loro desiderio di aiutare il prossimo è così forte che tendono a diventare più dei servi che degli aiutanti generosi."

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può essere utile a coloro che hanno ricevuto una diagnosi di un certo impegno e non sanno dirimere quale sia il trattamento più adatto a loro, perché sono sopraffatti dai consigli degli altri, che la persona non vuole offendere prendendo una decisione in totale autonomia. Sono le persone che si sono sempre messe a servizio degli altri e ne sono rimasti schiacciati, persino quando sono loro stesse a soffrire e in questo frangente sono stanche di fare quello che dicono gli altri della sua salute. **Vorrebbero poter decidere con la libertà di non infastidire gli altri, scegliendo il da farsi più adeguato al proprio io.**

- **Enneatipo:** 2 - 6 - 9
- **Foglietto:** Ectoderma (vescica, ureteri, Costellazione Depressiva)

* **CERATO (Piombaggine) - Ceratostigma willmottiana**

CONTINUA RICERCA DI CONSIGLI E CONFERME DA PARTE DEL PROSSIMO

Indicato per chi non si fida del proprio giudizio per prendere una decisione. Si va sempre in cerca di consigli o di conferme da parte degli altri. Può accadere di seguire erroneamente il consiglio di un altro, piuttosto che fidarsi della propria capacità di giudizio. In caso di malattia probabilmente si tenta di sperimentare svariate forme di trattamento consigliate da altri.

• **Finalità:** Affidarsi alla propria saggezza e al proprio intuito e agire di conseguenza. Trovare il proprio sentiero nella vita.

→ Dr. Bach:

"Chiedono sempre consigli agli altri, ma ne sono spesso fuorviati."

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore è utile a chi non crede a ciò che intuisce nel proprio interiore riguardo al proprio problema di salute, affidandosi acriticamente ai dettami della scienza medica e del "sentito dire". Dedicato a chi sente prima la ragione, mortificando se stesso ed i segnali del proprio corpo. **Utile nella fase di riparazione, quando la persona è spesso sintomatica e crede che il consiglio del medico sia sempre più vero dei segnali benevoli del proprio corpo.**

- **Enneatipo:** 9 - 6

CHERRY PLUM (Mirabolano) - Prunus cerasifera

PAURA DI PERDERE IL CONTROLLO

Indicato per persone che temono di perdere il controllo sulle proprie azioni. Sensazione di essere sulla soglia di un esaurimento nervoso. Prevalso il timore di perdere il lume della ragione o di avere reazioni incontrollate.

Serve a combattere quei momenti in cui ci si sente pronti ad "esplodere" temendo di cedere a impulsi incontrollati.

Si può giungere a violente accuse che feriscono il prossimo o a un comportamento isterico nei confronti di amici e famiglia con improvvisi scoppi d'ira.

• **Finalità:** acquisire tranquillità e la capacità di agire e pensare razionalmente. Nel caso in cui lo stato sopra descritto fosse grave, si consiglia di rivolgersi a un buon terapeuta.

→ Dr. Bach:

"Per le paure di chi ha la mente sovraffaticata e teme di perdere la ragione e di fare delle cose spaventose e terribili che non desidera compiere..."

- **Enneatipo:** 8 - 1
- **Foglietto:** Ectoderma
(Costellazione Aggressiva, Costellazione Isterica)

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può aiutare coloro che soffrono di Costellazione isterica o aggressiva.

CHESTNUT BUD (Gemma di ippocastano) - *Aesculus hippocastanum*

INCAPACITÀ AD IMPARARE DAI PROPRI ERRORI

Indicato quando non si è capaci di imparare dalle esperienze fatte, non riuscendo a fare progressi nella vita. Si continua a fare gli stessi errori.

Invece di imparare dai propri errori e di rielaborarli, si tende a dimenticarli. Non si riesce a prendere le decisioni giuste nei giorni a venire. Le stesse malattie continuano a ripetersi. Non ci si chiede il perché, evitando di affrontare la causa profonda all'origine.

• **Finalità:** Osservare i propri errori con obiettività e trarre insegnamenti da ogni esperienza fatta. È possibile evolversi e fare progressi nella vita.

→ Dr. Bach:

"Questo fiore aiuta a trarre il pieno vantaggio dalle esperienze di ogni giorno e a vedere sé stessi e i propri errori con gli occhi degli altri."

- **Enneatipo:** 9 - 4 - 6
- **Foglietto:** Mesoderma

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può aiutare le persone che mostrano recidive e ricadute attivatorie. Può aiutare a far riflettere la persona su ciò che si è incagliato nella propria vita per evitare di ricadere nei medesimi giochi conflittuali, rendendo meno probabile il nuovo avvio del programma SBS. **Può aiutare nel prevenire le recidive conflittuali.**

Uno dei rimedi più in assonanza con le 5LB.

* CHICORY (Cicoria) - *Chichorium intybus*

POSSESSIVITÀ, IPERPROTETTIVITÀ

Indicato per persone possessive, che si preoccupano per gli altri al fine di ottenere un tornaconto. Persone con spiccate aspettative di rispetto per il proprio modo di vedere il mondo e le cose. Critica, lamento e "brontolio". Quello che offrono prevede qualcosa in cambio.

Non amano la solitudine e l'abbandono, aspettandosi un costante interesse da parte degli altri per la propria persona, come fosse un tributo dovuto. Genitori possessivi che trattengono i figli. Tendenza all'autocommiserazione e al sentirsi offesi.

Hanno opinioni ferme e rigide e tendono al litigio. Bambini che tentano continuamente di attirare l'attenzione su di sé.

• **Finalità:** altruismo disinteressato. Alle persone amate si concede di essere sé stesse e di vivere la propria vita. Non si ha il bisogno di sentirsi dire dal prossimo quanto si è amati. Incontro caloroso, amichevole e a cuore aperto con gli altri.

→ Dr. Bach:

"Correggono continuamente ciò che considerano sbagliato ed hanno piacere di farlo e desiderano intensamente avere sempre vicino coloro che amano."

- **Enneatipo:** 2 - 1
- **Foglietto:** Ectoderma
(pelle, vie biliari, dotti galattofori)

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può essere **utile a coloro che, ricevuta una brutta diagnosi, pensano prima agli altri e poi a se stessi, rischiando di innescare programmi SBS a carico di organi vitali legati al concetto di boccone (Fegato, Polmoni).** Per quelle persone che si sono accollate il peso e il compito di nutrire gli altri e che credono di essere indispensabili, arrivando a patire in anticipo il problema che gli altri potrebbero avere se loro venissero a mancare («Sono ammalato e non potrò provvedere a voi, così morirò della vostra fame»)

* CLEMATIS (Clematide Vitalba) - *Clematis vitalba*

ESSERE "TRA LE NUVOLE", NON AVERE INTERESSE PER CIÒ CHE CI CIRCONDA

Per le persone che vivono chiuse nel loro mondo, senza mostrare interesse per ciò che le circonda. Hanno difficoltà a vivere il presente. Attendono tempi migliori, pur senza darsi da fare affinché ciò avvenga. Mancano di vitalità e forza, dando l'impressione di essere con la testa altrove.

Amano la solitudine evitando di confrontarsi col mondo esterno chiudendosi nella propria grotta. Se si ammalano, non fanno nulla per guarire. Inguaribilmente romantiche.

Per coloro che hanno perso una persona amata e vorrebbero ricongiungersi ad essa.

• **Finalità:** Interesse per il mondo circostante e gioia di vivere. La creatività viene sfruttata appieno, come nel campo letterario o artistico o nei settori del design, della moda o della medicina curativa. Migliore gestione dei propri pensieri e capacità di concentrazione.

→ Dr. Bach:

"Per i sognatori, per gli addormentati, per coloro che non sono mai completamente svegli e non provano nessun interesse particolare verso la vita."

- **Enneatipo:** 9 - 4 - 5
- **Foglietto:**
Mesoderma (Morte emotiva); Ectoderma (Costellazione autistica)

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore è utile in quelle persone che hanno perso il riferimento e vivono nella più pericolosa condizione, quella del "profugo" con attivazione dei tubuli collettori. Dopo una diagnosi importante, od in corso di ricovero ospedaliero vissuto come «ormai non c'è più nulla da fare per me», oppure a seguito di uno shock emozionale in cui ci sia un forte sentito di isolamento, di dura lotta per la semplice sopravvivenza, di perdita dei riferimenti. **Per le persone che vivono forti conflittualità in cui prevale l'indifferenza ed il lasciare che le cose vadano, senza alcuna voglia di modificarne il corso.** Utile anche nella Costellazione Planante, nel trattamento dell'asma.

CRAB APPLE (Melo selvatico) - *Malus pumila*

BASSA CONSIDERAZIONE DI SE' STESSI, SENSAZIONE DI IMPURITÀ

Indicato per persone che si sentono interiormente o esteriormente sporche o impure e che hanno una bassa considerazione di sé stesse. La persona ha un eccessivo ideale di purezza e di ordine come una mania compulsiva di pulizia e di cura del dettaglio.

Per coloro che si vergognano di manifestazioni corporee sgradevoli come irritazioni cutanee o perdite o inestetismi. Se un trattamento ha fallito, scaturlisce un intenso sconforto.

• **Finalità:** Atteggiamento positivo nei propri confronti, tolleranza e accettazione del proprio corpo e delle proprie imperfezioni. Accoglimento e accettazione del proprio aspetto esteriore e del mondo circostante in generale.

→ Dr. Bach:

"Per coloro che hanno la sensazione di avere in se' qualcosa di sporco."

- **Enneatipo:** 1 - 9
- **Foglietto:** Ectoderma (Costellazione Ossessiva)

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può essere **utile per i conflitti di separazione con il percepito di sentirsi sporcati** (vitiligine). Può aiutare coloro che soffrono di problemi al derma (acne). Aiuta le persone malate di cancro che percepiscono la sua presenza come qualcosa di gravemente impuro, come qualcosa da estirpare con la massima efficacia. **Per coloro che temono le recidive tumorali o di qualsiasi altra malattia-**

ELM (Olmo inglese) - *Ulmus procera*

SOVRACCARICO, INCAPACITÀ EMPORANEA AD AFFRONTARE LE RESPONSABILITÀ

Per chi crede di non riuscire ad affrontare le proprie responsabilità o a svolgere i propri compiti. Perdita temporanea della fiducia nelle proprie capacità, con sensazione di abbattimento. Spesso ottimi manager o persone con responsabilità, come medici, insegnanti, terapeuti o dirigenti.

Consigliato quando queste persone hanno la sensazione di non essere più all'altezza dei propri compiti o di non riuscire ad affrontare gli eventi. Sono spesso persone che lavorano troppo senza curare il proprio benessere personale, risultando quindi in un atteggiamento depresso e una sensazione di spossatezza. Sensazione diffusa di debolezza e di incapacità.

• **Finalità:** Ripristino della propria personalità e ritorno al proprio grado di efficienza e sicurezza di sé. I problemi tornano alle loro giuste proporzioni e la persona assume solo i compiti che sa di poter affrontare, rispettando le proprie esigenze.

- **Enneatipo:** 3 - 7
- **Foglietto:**
Mesoderma (surrenali); Ectoderma (Tiroide)

→ Dr. Bach:

"...possono attraversare periodi di depressione nei quali hanno la sensazione che il compito intrapreso sia troppo difficile e vada oltre le possibilità di un essere umano."

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può aiutare coloro che si scoraggiano di fronte ad una seria malattia che prevede una lunga fase terapeutica ed una altrettanto lunga convalescenza

* GENTIAN (Genzianella) - *Gentiana amarella*

SCORAGGIAMENTO, ABBATTIMENTO

Indicato nei dubbi e scoraggiamento. Quando scoramento o depressione prendono il sopravvento, o quando le cose non vanno per il verso giusto o ci si trova di fronte a un ostacolo. Ad esempio in caso di ricaduta dopo che una malattia sembrava risolta (recidiva), o quando sono stati fatti dei progressi nella vita e si presentano dei piccoli ostacoli da indurre a perdere il coraggio.

Giova a chi si abbatte dopo lunga malattia o se si ripresenta.

• **Finalità:** Dare il meglio di sé, indipendentemente dal risultato finale.

Nessun ostacolo appare insuperabile o troppo oneroso da non poter essere affrontato. Atteggiamento positivo.

- **Enneatipo:** 6 - 9
- **Foglietto:**
Endoderma;
Mesoderma Ectoderma

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore è utile nelle lunghe fasi Pcl, quando i sintomi tendono a durare a lungo per una lunga fase di conflitto attivo e la persona si scoraggia, rischiando di innescare altre conflittualità parallele, come "la Sindrome". La loro facile propensione a non vedere la fine di un problema, può essere mitigata dall'uso di questo fiore, che **può evitare di generare la cosiddetta "riparazione in sospenso"**. Utile nei disturbi motori di lunga data, nelle manifestazioni oncologiche in cui la diagnosi può generare una forte sensazione di scoraggiamento.

GORSE (Ginestrone) - *Ulex europaeus*

ASSENZA DI SPERANZA, DISPERAZIONE

Indicato in casi di grande disperazione e mancanza di speranza. Gettare la spugna.

Tutto appare irrisolvibile, senza via d'uscita e la speranza è completamente andata perduta. In caso di malattia la si pensa ereditaria e quindi incurabile: sentirsi destinati al dolore e alla sofferenza, senza tentare di guarire. Ci si cura solo per non dare dispiacere alla famiglia e alle altre persone care, ma in realtà non si crede nel miglioramento.

→ Dr. Bach:

"...danno l'impressione di aver un forte bisogno, nella loro vita, di un raggio di sole che scacci le nuvole scure e tristi."

• **Finalità:** Fiducia e speranza. Riuscire a vedere nel loro disagio un'esperienza importante. Percezione di essere sulla via della guarigione.

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può risultare molto utile in quelle persone che, a seguito di una diagnosi importante e grave, pensano che non ci sia più una speranza o una via d'uscita, specialmente se la malattia è vissuta come eredità di parenti deceduti per lo stesso tipo di manifestazione. Utile nella Sindrome, nella Costellazione del talamo, a seguito della diagnosi di cancro o di altra malattia invalidante (sclerosi, artrite reumatoide, diabete, ecc.)

- **Enneatipo:** non definibile
- **Foglietto:** Ectoderma (Talamo)

HEATHER (Erica) - *Calluna vulgaris*

EGOCENTRISMO, PREOCCUPAZIONE PER SE STESSI, LOQUACITÀ ECCESSIVA

Per le persone che si fanno talmente prendere dalla loro situazione personale o dalle loro malattie, da non essere più in grado di instaurare una vera comunicazione con il prossimo.

Costringono gli altri alla fuga per la loro smania di essere sempre al centro dell'attenzione. Ogni sintomo è una tragedia, anche il più piccolo. Tribuno del popolo, che descrive dettagliatamente i propri problemi senza lasciar modo all'interlocutore di intervenire nel discorso, parlando velocemente e direttamente in faccia al proprio interlocutore.

Non amano stare da soli, ma gli altri evitano il loro contatto per non essere sommersi dal fiume di parole che esce dalla loro bocca.

• **Finalità:** Ascoltare con calma e aiuto agli altri, comprendendo le loro difficoltà.

→ Dr. Bach:

- **Enneatipo:** 3 - 7 - 8
- **Foglietto:**
Mesoderma
(Costellazione
Megalomane);
Ectoderma
(Costellazione
Mitomane)

"Sono molto infelici se devono rimanere soli per un certo periodo di tempo."

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può essere di grande aiuto nelle [Costellazioni Mitomani](#), sia in fase maniacale che nella fase depressiva.

HOLLY (Agrifoglio) - *Ilex aquifolium*

INVIDIA, GELOSIA, ODI

Per le persone sempre di pessimo umore, dure di cuore e addirittura crudeli, che talvolta possono diventare irascibili o violente. Arduo aprire il proprio cuore all'amore. Il loro stato emotivo negativo è una miscela di odio, invidia e gelosia. Suppongono che dietro a molte cose ci sia il male, e quindi a reagire in maniera aggressiva. Sensazione generale di rabbia nei confronti del prossimo.

Si presta in particolar modo per i bambini gelosi dei propri fratelli o sorelle.

• **Finalità:** Dare senza aspettarsi nulla in cambio. Il successo altrui viene convissuto con sincera felicità.

→ *Dr. Bach:*

"Holly ci protegge da tutto quanto non è parte dell'amore universale. Holly apre il nostro cuore e ci rende un tutt'uno con l'amore divino."

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può essere utile nelle [attivazioni a carico delle vie biliopancreatiche](#) in fase attiva, dove c'è tanta rabbia. Anche le [attivazioni sulla piccola curvatura gastrica](#) possono ricevere una qualche forma di modulazione per alleviare la sintomatologia. Utile per le [attivazioni territoriali e di identità](#).

- **Enneatipo:** 8 - 1 - 6
- **Foglietto:** [Ectoderma](#) (vie biliari e pancreatiche, arterie coronarie)
[Costellazione](#)
[Aggressiva](#)

HONEYSUCKLE (Caprifoglio) - *Lonicera caprifolium*

ECCESSIVA NOSTALGIA DEL PASSATO

Per chi è eccessivamente legato ai ricordi del tempo passato. Quando si vive nel passato, in un perenne stato di nostalgia di casa o di nostalgia in generale.

Non si è in grado di modificare la situazione attuale per via del proprio sguardo costantemente rivolto al passato. Spesso è stato impossibile staccarsi da una persona amata perduta, oppure non sono stati superati avvenimenti infelici del passato, o ancora si prova semplicemente nostalgia dei bei giorni che furono.

Difficile l'elaborazione della morte di qualcuno, discutendo sempre del passato. Utile per tutti coloro che hanno perso il posto di lavoro, per pensionati che ora si sentono inutili e soprattutto per le persone anziane che vivono da sole.

• **Finalità:** Capacità di vivere il presente, senza il sopravvento dei pensieri rivolti al passato. Considerare il passato come esperienza preziosa per affrontare ogni giorno a venire. Vivere senza rimorsi e rimpianti. Si può invecchiare serenamente.

→ *Dr. Bach:*

"Non si aspettano di ritrovare una felicità simile a quella già vissuta"

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore è particolarmente utile quando l'attivazione biologica viene mantenuta in attività o recidiva ripetutamente per conflittualità inespresse legate alla perdita di qualcuno o qualcosa nel passato. Utile nelle [alterazioni cutanee](#) come la vitiligine, nelle [alterazioni ovariche](#) o [testicolari](#) per la perdita di qualcuno di molto caro, nelle [costellazioni sensorie](#) e [post-sensorie](#).

- **Enneatipo:** 4
- **Foglietto:** [Ectoderma](#) (epidermide, corteccia post-sensoria e sensoria);
[Costellazione](#) [Sensoria](#) e [Post-Sensoria](#)

HORNBEAM (Carpino) - *Carpinus betulus*

"L'UMORE DEL LUNEDÌ MATTINA"

Indicato per le persone che si sentono senza forza, stanche ed esaurite, sotto il profilo mentale. Dubitano di riuscire a compiere ciò che sono chiamate a fare. Sebbene non riportino difficoltà, si pongono di fronte ai problemi con il dubbio se riuscire a risolverli o meno.

Di particolare aiuto quando ci si sente sovraccaricati di impegni e lavoro, con la sensazione di indolenza ed esaurimento energetico, come quando ci si prepara ad un esame od una prestazione intellettuale.

Manca entusiasmo e la persona è spinta all'esitazione ed all'inazione. Il sonno non dà ristoro e in caso di una malattia nasce il dubbio di avere abbastanza forze per guarire.

• **Finalità:** Confidenza sulle proprie forze e capacità di affrontare i compiti del giorno. Vitalità, freschezza e ritorno alla gioia di vivere. I compiti quotidiani vengono

- **Enneatipo:** 3 - 5
- **Foglietto:** [Mesoderma](#) (corteccia surrenalica, muscoli, articolazioni);
[Costellazione](#)
[Depressiva](#)

affrontati con energia e mente libera.

→ Dr. Bach:

"Per chi crede di doversi fortificare in qualche parte del corpo o della psiche, per potere facilmente adempiere al proprio compito"

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può essere **utile alla persona che si trova in fase convalescenziiale** (Pcl A e soprattutto B) per poter ritrovare la forza di affrontare la guarigione, specie se lunga e invalidante. Utile nelle attivazioni motorie in fase di riparazione ([Sclerosi multiple](#), [SLA](#), [miodistrofie](#), [incidenti cerebro-vascolari](#))

* **IMPATIENS (Non Mi Toccare) - *Impatiens glandulifera***

IMPAZIENZA

Per chi è facilmente irritabile e impaziente. Pensa di dover fare tutto subito, in fretta e di corsa. Parla velocemente per non perdere tempo.

Si irrita e frustra di fronte al comportamento più lento dei colleghi, che gli fanno perdere tempo, preferendo lavorare da sola. Nelle discussioni salta alle conclusioni, terminando le frasi degli altri al posto loro.

Se ammalati sono pazienti irrequieti e irritabili, spesso con agitazione motoria e nervosismo. Per la loro fretta compulsiva, sono facili a subire degli incidenti.

• **Finalità:** Persona spontanea e decisa che pensa e agisce senza eccessiva fretta.

Capace di comprensione e di pazienza per chi è meno "efficiente" di lei. I problemi vengono affrontati e risolti con calma e diplomazia.

→ Dr. Bach:

"Quando sono malati sono ansiosi di ristabilirsi al più presto."

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore è utile in tutte quelle persone che non vogliono spendere il proprio tempo per curare se stesse, pretendendo di guarire in anticipo, magari con l'uso di farmaci o rimedi che abbrevino artificialmente il corso del programma SBS in atto. Sono persone che si imbottiscono di farmaci, che non riflettono sul proprio stato di salute e sul messaggio insito proprio nella "malattia". Utile nell'ansia della guarigione, nelle compulsioni, nel cercare di portare la persona a prendersi il proprio tempo per se.

- **Enneatipo:** 7 - 3 - 8
- **Foglietto:**
[Endoderma](#)
(Tiroide) [Ectoderma](#)
(Costellazione motoria)

* **LARCH (Larice) - *Larix decidua***

INSUFFICIENTE FIDUCIA IN SÈ STESSI

Indicato per chi non crede nelle proprie capacità e potenzialità, non osando nemmeno fare un tentativo. Sono convinte di essere destinate a fallire. Predomina un senso di inferiorità. Non ci provano nemmeno per evitare di correre il rischio di sbagliare o di fallire.

• **Finalità:** Persona decisa e capace, dotata di sano spirito autocritico, che agisce senza preoccuparsi troppo dell'esito, positivo o negativo, che avranno le sue azioni. Chiara percezione delle proprie potenzialità. La persona è in grado di prendere l'iniziativa e di accettare eventuali rischi. Le parole "non ci riesco" non fanno più parte del suo vocabolario. Le proprie capacità critiche vengono sfruttate in maniera saggia.

→ Dr. Bach:

"Per coloro che si considerano inferiori alle persone che li circondano, e meno capaci di loro."

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può essere utile in tutte le attivazioni alla cui base ci sia il sentito di inadeguatezza, quindi per tutti i tessuti del [Mesoderma](#) recente. Non è utile come sintomatico, quanto per ridare alla persona la consapevolezza di essere giusta, adeguata e capace al di là del giudizio degli altri e del proprio. Riconquistare la certezza delle proprie capacità.

- **Enneatipo:** 6 - 9
- **Foglietto:**
[Mesoderma](#)

* **MIMULUS (Mimolo) - *Mimulus guttatus***

PAURA DI COSE DEFINITE, FOBIE

Per persone con paure ben determinate, come ad esempio della malattia, della morte, degli incidenti, del dolore, del buio, del freddo, della povertà, degli altri, degli animali, di parlare di fronte a un pubblico, di perdere amici, di perdere il posto di lavoro, di andare dal dentista, ecc. Aiuta le persone con paure ben definibili e descrivibili. Persone che tendono a stare in disparte e a non parlare in compagnia di altri a causa della loro timidezza. Spesso tale atteggiamento è

- **Enneatipo:** 7 - 6 - 5
- **Foglietto:**
[Endoderma](#) (Polmone, Fegato, midollare del Surrene); [Ectoderma](#)

accompagnato dalla facilità ad arrossire, a balbettare, a ridere nervosamente ecc.

Aiuta i bambini timidi e sensibili che temono, per esempio, gli animali o il buio.

• **Finalità:** Senso discreto del coraggio, per affrontare gli ostacoli e le difficoltà con senso dell'umorismo e fiducia. Sapere come imporsi e come tenere sotto controllo le proprie emozioni e per questo riesce a godersi la vita senza avere paura.

→ *Dr. Bach:*

"Le persone che ne soffrono sopportano in silenzio e in segreto i propri timori perché non ne parlano volentieri agli altri."

(Costellazione Frontale)

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore è fondamentale per tutte le persone che ricevono una diagnosi importante o per quelle che temono una specifica malattia, solo per la convinzione indotta che le malattie siano ereditarie e che quindi, prima o poi, ne saranno affette. Per tutte le persone che, dopo un evento terapeutico (chirurgia o terapia medica), temono la complicità o che la malattia si ripresenti. Si può impiegare nella attivazione degli Archi branchiali, dei dotti tiroidei, della laringe e dei bronchi, ma anche delle retine e del corpo vitreo

MUSTARD (Senape) - *Sinapis arvensis*

PROFONDA MALINCONIA IMPROVVISA, SENZA CAUSA O MOTIVO

Indicato nello stato di profonda tristezza o depressione improvvise e senza motivo apparente. Come compare, questo stato altrettanto inspiegabilmente poi scompare. Tale sensazione di oscurità può essere estremamente intensa, avvolge tutto soffocando completamente il normale senso di serenità. La malinconia e la tristezza regnano incontrastate sugli altri sentimenti e dominano la personalità dell'interessato, che non riesce a liberarsene.

• **Finalità:** Ritorno alla gioia, al senso di tranquillità e di stabilità interiori, che non si lasciano fuorviare o abbattere da circostanze positive o negative.

→ *Dr. Bach:*

"Non è sempre facile trovare una spiegazione razionale a queste crisi."

- **Enneatipo:** 4
- **Foglietto:** Ectoderma (Costellazione Post-Mortale)

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può essere utile nelle Costellazioni depressive, o nelle attivazioni a carico della corticale surrenalica.

OAK (Quercia) - *Quercus robur*

TENACIA IRRIDUCIBILE NONOSTANTE IL SENSO DI SFINIMENTO

Per le persone le cui forze interiori si stanno esaurendo lasciando il posto ad un profondo sfinimento, sebbene siano solitamente forti e tenacissime. Queste persone vanno avanti, non si danno per vinte ignorando volutamente quanto siano stanche. Senso del dovere al primo posto.

Continuano a lavorare, con pazienza e una tenacia che talvolta rasenta l'ostinatezza, senza concedersi alcuna pausa.

Esaurire l'energia interiore può portare a depressione, frustrazione e ad altri sintomi tipici dello stato di stress (Burn-out). Lo stato di malattia viene visto come fallimento e la guarigione spesso non giunge perché vengono sospese le cure o non si concede il necessario riposo.

Dispongono di molta resistenza, tenacia, pazienza e enormi riserve di energia e sono in grado di tener testa anche a pesanti oneri e allo stress.

• **Finalità:** Ripristino dell'energia originaria, prendendosi il tempo per rilassarsi e soddisfare le proprie esigenze, nonostante gli impegni da mantenere.

→ *Dr. Bach:*

"Sono persone coraggiose, che combattono contro grandi difficoltà senza mai perdere la speranza o diminuire l'impegno."

- **Enneatipo:** 8 - 6 - 2 - 3
- **Foglietto:** Mesoderma (ossa, midollo osseo), Costellazione della Morte emotiva

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può essere utile alla persona che si trova in fase attiva di qualsiasi attivazione biologica, aiutandola a **prendersi i propri tempi, ad ascoltare il proprio organismo, ad evitare di consumare troppa energia**. Se la persona è nella fase di riparazione, **Oak può aiutare la persona a rimanere quieta e a concedersi tutto il tempo necessario alla fine del processo**, riconquistando la salute rispettando la curva bifasica del processo biologico.

OLIVE (Olivo) - *Olea europaea*

Per le persone fisicamente e mentalmente esauste, per cause svariate. Consigliato durante la convalescenza.

Necessario quando si è stanchi al punto di essere portati al pianto, quando tutte le riserve di energia e forza sono state consumate fino in fondo. Ci si sente sfiniti dopo il minimo sforzo e la vita perde attrattiva. Le normali attività, persino quelle divertenti e rilassanti non risvegliano più alcun interesse e costituiscono solo un onere in più.

Forte bisogno di dormire, il corpo sembra non "funzionare" più come dovrebbe.

• **Finalità:** Ripristino delle forze, della vitalità e dell'interesse nella vita. Comprendere che occorre dare ascolto alla propria "voce interiore" e sapere quali sono le esigenze del proprio corpo. Mantenere l'equilibrio interiore anche nell'inattività.

→ Dr. Bach:

"La vita quotidiana diventa solo una dura fatica, priva di ogni piacere."

- **Enneatipo:** 7 - 3 - 2
- **Foglietto:**
Mesoderma (muscoli, ossa, articolazioni)

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore è particolarmente indicato nelle due fasi della riparazione, sia nella fase essudativa, sia nella fase cicatriziale, per **ridare alla persona quell'energia utile all'organismo per completare la curva bifasica**, senza tuttavia interrompere la fase in atto.

PINE (Pino) - *Pinus sylvestris*

ECCESSIVA AUTOCRITICA, SENSO DI COLPA

Per chi si sente in colpa e si rimprovera. Si incolpano anche per errori commessi da altri e se le cose non vanno come dovrebbero.

Autosvalutanti verso se stessi, hanno il percepito di non essere degni e vivono un senso di vergogna che preclude la gioia di vivere. Son persone che si scusano in continuazione, vedendo nelle proprie malattie un'occasione per scusarsi e per espiare le proprie colpe, convincendosi di aver meritato la sofferenza.

• **Finalità:** Saper valutare e accettare le proprie responsabilità giungendo ad una saggia capacità di giudizio. Chi accetta e rispetta sé stesso è anche in grado di accettare gli altri senza esprimere sentenze eccessivamente negative. Dr. Bach:

"... Perfino in un accenno di condanna verso noi stessi o il nostro prossimo si cela un accenno di condanna dell'amore universale, che ci limita, limita la nostra facoltà di far scorrere l'amore attraverso noi stessi verso gli altri."

- **Enneatipo:** 1 - 4
- **Foglietto:**
Mesoderma (peritoneo, pericardio, pleure);
Costellazione
Megalomane

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore è utile per le persone che sviluppano attivazioni biologiche sul percepito di svalutazione e inadeguatezza, come le alterazioni osteo-muscolari, le patologie dolorose (vissute come giusta punizione), le alterazione cardiache a carico del muscolo cardiaco

RED CHESTNUT (Ippocastano rosso) - *Aesculus carnea*

ECCESSIVA PREOCCUPAZIONE PER GLI ALTRI

Indicato a chi è talmente apprensivo da farsi prendere dal panico o dalla preoccupazione per il benessere altrui. Si pensa sempre al peggio e che accada la peggior combinazione di incidenti possibili. Si unisce nervosismo e l'ansia per i problemi altrui.

• **Finalità:** Prendersi cura del prossimo senza ansia o paura, mantenendo la calma interiore e fisica anche in situazioni di emergenza. Emanazione di energie positive e coraggio, che danno calma e forza alle persone circostanti. Si offre il proprio aiuto senza essere invadenti.

→ Dr. Bach:

"Sono persone che in genere non si preoccupano di se stesse, ma possono soffrire molto per coloro a cui vogliono bene..."

- **Enneatipo:** 2 - 6
- **Foglietto:** Ectoderma (archi branchiali, tiroide); Costellazione
Frontale

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può essere utile nel trattamento dell'ansia e della paura. Indicato nelle Costellazione Frontale e fronto-occipitale, può essere impiegato per l'assistenza alle persone che hanno a che fare con un proprio caro colpito da malattia grave, in modo che possa creare intorno a lui un clima di fiducia e speranza, senza mettere in discussione le sue scelte terapeutiche.

* ROCK ROSE (Eliantemo) - *Helianthemum nummularium*

Indicato per coloro che sono reduci da una forte paura per un pericolo scampato all'ultimo, o a cui essa ha assistito. Dopo una forte minaccia come nel caso di catastrofi naturali, malattie improvvise, o dopo avere subito un furto, ci si sente completamente indifesi e praticamente paralizzati dalla paura.

Può verificarsi anche dopo un incubo.

• **Finalità:** Coraggio e presenza di spirito che permette alla persona di mantenere la calma anche nelle situazioni di emergenza.

→ *Dr. Bach:*

"Rimedio d'emergenza. È il rimedio per i casi in cui non sembra affatto esserci speranza."

- **Enneatipo:** 6
- **Foglietto:** Ectoderma (archi branchiali, laringe, dotti tiroidei, attacchi di panico); Mesoderma (corteccia surrenalica); Costellazione Frontale; Costellazione Isterica

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore è indispensabile per le persone che hanno ricevuto una diagnosi infausta, per coloro che si sentono braccate dalla paura, agghiacciate dal terrore che la malattia prenda il sopravvento e che non vi sia più scampo. Utile nella sindrome del talamo, nella sindrome degli archi branchiali. Utile non solo in chi è vittima di una diagnosi infausta, ma anche ai congiunti presenti alla scena o emotivamente legati alla persona.

ROCK WATER (Acqua di Sorgente) - Aqua petra

INFLESSIBILITÀ, ABNEGAZIONE

Per le persone inflessibili e rigide nel giudicare sé stesse, solitamente in modo severo. Reprimono i propri capricci, ma anche le proprie necessità. Perdono la gioia di vivere e si votano al martirio. Le diete o gli allenamenti, la routine sul lavoro o la disciplina vengono strettamente osservate. Anche il pensiero è rigido e dogmatico in ogni ambito della propria vita. Pur non facendo proselitismo, impostano la propria vita in funzione di dare l'esempio di perfezione.

Malgrado l'impegno profuso non giungono mai ad essere soddisfatte di ciò che conseguono, rimarcando una inezia che invalida il risultato. Sono perpetuamente scontente di sé, in quanto secondo loro non soddisfano gli alti ideali a cui aspirano.

• **Finalità:** Flessibilità nel conseguire i traguardi progettati. Capacità di modificare il proprio pensiero ed adattarlo al contesto in cui si trova. Consapevolezza dell'armonia interiore al posto di un comportamento indotto e disciplinato. Ritorno alla voglia di vivere.

→ *Dr. Bach:*

"...severi maestri con se stessi."

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può essere utile nel trattamento delle manifestazioni ossessivo-compulsive

- **Enneatipo:** 1 - 6
- **Foglietto:** Ectoderma (Costellazione Ossessivo-Compulsiva)

* SCLERANTHUS (Scleranto) - Scleranthus annus

INSICUREZZA, INDECISIONE

Per le persone perennemente indecise che non riescono a decidere su quale scelta fare tra due o più alternative. Prevalde un disequilibrio interiore; discutono saltando da una parte all'altra senza prendere posizione. L'umore è incostante e si passa da un estremo all'altro: il classico bipolarismo comportamentale. La persona è considerata inaffidabile, una perditempo e una sciupaoccasioni per la propria capacità di perdere tempo per una indomabile indecisione.

• **Finalità:** Sicurezza in sé stessi e decisione, mantenere l'equilibrio interiore di fronte alle situazioni. Capacità decisionale e prontezza all'azione.

→ *Dr. Bach:*

"Sono di solito persone tranquille, che sopportano in silenzio le loro difficoltà, non essendo portate a discuterne con altri."

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore è utile per coloro che, dopo una diagnosi grave decidono di non seguire il protocollo "ufficiale", ma non sono del tutto convinti di ciò che vogliono fare e temono di non aver fatto la scelta giusta. Oggi sono fieri della loro scelta e domani, magari dopo aver sentito di altre persone con la stessa diagnosi passate a miglior vita, ne sono del tutto scontenti e pieni di dubbi. Sono persone che sono tormentate da una frase terribile «cosa sarebbe stato se avessi fatto un'altra scelta?» Questa condizione non fa altro che aumentare la possibilità di innescare attivazioni parallele a carico di altri organi.

- **Enneatipo:** 4 - 9 - 6
- **Foglietto:** Ectoderma (Costellazione maniaco-depressiva)

STAR OF BETHLEHEM (Stella di Betlemme) - Ornithogalum umbellatum

Indicato per combattere i postumi di un trauma mentale o fisico. Sarebbe più utile assumerlo appena dopo il trauma, ma può essere efficace anche per alleviare i traumi passati che si mostrano attualmente con sintomi fisici, con chiusura in sé stessi e sensazione di perdita o di silenzioso lutto.

Componente fondamentale di Rescue Remedy, è utile a mamma e bimbo subito dopo il parto.

• **Finalità:** "neutralizzazione" degli effetti negativi dello choc, indipendentemente dal momento in cui essi si manifestano. Rielaborazione degli eventi traumatici.

→ *Dr. Bach:*

"...consolatore e mitigatore di dolore e sofferenza."

- **Enneatipo:** Tutti gli enneatipi
- **Foglietto:** Ectoderma (Lobi frontali); Costellazione Frontale

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può aiutare a superare lo stress di una brutta diagnosi, in modo che non si avviino altri programmi biologici paralleli o che non si instauri un binario conflittuale. La prontezza nella sua assunzione rende il risultato migliore e in linea di principio, andrebbe assunto poco prima di un evento che si prevede shoccante (visita medica, esame, ecc.).

SWEET CHESTNUT (Castagno) - *Castanea sativa*

ESTREMA ANGOSCIA, TORMENTO DELL'ANIMA

Per le persone che patiscono estreme sofferenze interiori. Profonda tristezza che fa sentire la persona completamente distrutta. Solitudine e isolamento si accompagnano a questo stato, l'avvenire sembra non avere una svolta a questo stato emotivo.

Consigliato quando la persona ha la sensazione di essere sull'orlo di un esaurimento nervoso, senza pensare al suicidio. Sensazione di essere stati abbandonati da Dio e dal mondo circostante a seguito della morte di qualcuno o dopo lunghi periodi di difficili condizioni di vita, affrontati con forza e tenacia.

• **Finalità:** Scomparsa del senso di disperazione e di abbattimento. Le giornate si affrontano con ottimismo e armonia.

→ *Dr. Bach:*

"la disperazione senza speranza di coloro che sono convinti di avere raggiunto il limite del sopportabile."

- **Enneatipo:** Tutti gli enneatipi
- **Foglietto:** Mesoderma (midollo osseo); Endoderma (Tubuli Collettori Renali)

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore è molto, molto utile ad evitare la Sindrome e le relative sintomatologie dirette e indirette. Da prescrivere immediatamente dopo l'aver ricevuto notizie che mettono in crisi le proprie certezze o che possono causare un disastro finanziario, o subito dopo una lunga malattia, quando la persona si sente stremata e triste per aver perso il contatto con il mondo delle relazioni.

* VERVAIN (Verbena) - *Verbena officinalis*

ENTUSIASMO ECCESSIVO

Indicato a persone convinte di avere ragione a prescindere, che solo raramente sono disposte a cambiare. L'eccessivo entusiasmo può però portare a pretendere troppo da se stessi e ad uno stato di tensione oltre il limite. Assunzione di troppo lavoro e convinzione di poter fare molte cose contemporaneamente.

Innato senso di giustizia. L'esagerazione del voler fare, sfocia nel fanatismo, allontanando allievi o collaboratori. Rifiuto a rilassarsi con conseguente insonnia e irritabilità, frustrazione o rabbia se poste di fronte a cose di cui occorre tenere conto al di là delle proprie volontà.

• **Finalità:** Persona calma, saggia, tollerante e rilassata. Capacità di rivedere le proprie convinzioni e di lasciare agli altri le proprie tempistiche e i propri spazi.

→ *Dr. Bach:*

"Desiderano sempre convertire ai loro punti di vista tutte le persone che li circondano."

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore è utile a chi, intento a portare avanti un ideale supremo disatteso dagli altri, non crede che il corpo abbia bisogno del suo tempo per completare il programma SBS ormai iniziato. Per la strenua volontà di andare avanti, a dispetto di una fase di conflitto attivo molto intensa, **giungono a consumare tantissime energie, non avendone a disposizione nel momento della impegnativa fase di riparazione, rischiando di soccombere.** Utile nella fase attiva di qualsiasi conflitto per mitigare l'azione simpaticotonica.

- **Enneatipo:** 8 - 3
- **Foglietto:** Ectoderma (Costellazione maniacale)

VINE (Vite) - *Vitis vinifera*

DITTATORIALITÀ, INFLESSIBILITÀ

Per chi vuole dominare gli altri. Tendono a strumentalizzare le proprie doti per dominare gli altri e imporre la propria volontà. Convintamente arroganti, gli altri hanno sempre torto. Non ascoltano le tematiche altrui e pretendono e/o si aspettano l'obbedienza assoluta.

La propria fame di potere viene ottenuta con aggressività e violenza; spicca l'assenza di compassione. Governo con il pugno di ferro.

• **Finalità:** essere determinati senza dominare. Apprezzare gli altri. Guidare senza voler esercitare il controllo sugli altri. Divenire fonte di ispirazione e di entusiasmo per gli altri.

→ Dr. Bach:

"...pensano che sarebbe bene che gli altri si lasciassero persuadere a fare le cose come essi le fanno o come sono certi che sia giusto fare."

- **Enneatipo:** 8
- **Foglietto:** Ectoderma
(Costellazione
Aggressiva)

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può essere utile a trattare i disturbi comportamentali basati su aggressività e violenza

WALNUT (Noce) - *Juglans regia*

IPERSENSIBILITÀ ALLE INFLUENZE ESTERNE ED AI CAMBIAMENTI

Per le persone che fanno molta fatica ad adattarsi ai cambiamenti o che sono molto influenzabili da idee, sensazioni o ambienti. Utile quando si cerca di liberarsi da vecchi schemi e condizionamenti, nei cambiamenti della vita, nell'incedere della vecchiaia, i lutti, la morte imminente, ecc..

Facili al lasciarsi fuorviare o addirittura bloccare quando sul loro cammino trovano ostacoli, come una personalità più forte, circostanze limitanti, legami di famiglia o un forte legame con il passato. I contesti di vita vissuta possono determinare dirottamenti o incertezze o cedimenti. Da impiegare quando la persona non riesce ad effettuare quelle modifiche che possono interrompere circoli viziosi e conflittuali.

• **Finalità:** Ritrovare la via. Capacità di affrontare i cambiamenti posti dalla vita. I propri obiettivi vengono perseguiti e realizzati nonostante delusioni e i momenti di sconforto, liberi dalle critiche o dalla derisione degli altri. Proteggersi dal rumore del mondo.

→ Dr. Bach:

"...l'entusiasmo, le convinzioni, le forti opinioni altrui possono distoglierli dalle loro idee e dai loro obiettivi."

Uno dei rimedi più in assonanza con le 5LB.

- **Enneatipo:** 4 - 6 - 9
- **Foglietto:**
Mesoderma

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore è utile per aiutare la persona ad uscire dai **vincoli delle recidive**, ingenerati da **incapacità di cambiare il proprio modo di intendere la vita, le relazioni e le proprie azioni**. Si tratta di uno dei rimedi eziologici di maggior importanza, da prescrivere alle persone in cui si evidenzia una prigionia emotiva e comportamentale.

* WATER VIOLET (Violetta d'acqua) - *Hottonia palustris*

ORGOGGIO, SENSAZIONE DI SUPERIORITÀ

Indicato per persone riservate, calme ed equilibrate, che tutelano la propria vita privata. Non vogliono imporsi agli altri e raramente esprimono un loro parere, anche richiesto. Provano una spiccata sensazione di superiorità, il che li porta a mantenere le distanze. La loro tendenza chiudersi in se stesse, viene interpretata come asocialità. Anche in caso di disturbi o malattie, non espongono il loro malessere.

Difficilmente richiedono il sostegno offerto dagli altri e non si aprono alle altre persone, a volte nascondendosi dietro una facciata calma e rilassata.

• **Finalità:** Atteggiamento aperto e cordiale nei confronti del prossimo, mantenendo intatte la propria saggezza e dignità. Condivisione delle proprie conoscenze, ascoltando i problemi e le difficoltà altrui con calma, tranquillità e competenza.

→ Dr. Bach:

"La loro calma e la loro serenità sono una benedizione per chi li circonda."

- **Enneatipo:** 5 - 9
- **Foglietto:** Ectoderma
(Costellazione
autistica)

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore è utile alle persone che si chiudono nel loro guscio con forza e tanto coraggio, ma che **tendono quindi a rimuginare in solitudine su un conflitto**

che potrebbe risolversi con l'aiuto altrui. Per coloro che non vogliono farsi aiutare a portare in coscienza ciò che rimane nelle profondità del subconscio e che agisce sul corpo.

WHITE CHESTNUT (Ippocastano Bianco) - *Aesculus hippocastanum*

PENSIERI INCONTROLLATI, RICORRENTI E OSSESSIVI

Per le persone che rimuginano su pensieri compulsivi che non riescono a tenere sotto controllo. Rivivono conflitti interiori e avvenimenti spiacevoli che continuano a tormentare il loro animo. Mancano di concentrazione per il loro ossessivo ripetere lo stesso ritornello intimo, che continua a tormentarli anche durante le ore di sonno. La disattenzione può diventare preoccupante e paiono essere assenti alla vista degli altri.

• **Finalità:** Calma interiore con senso di lucidità. L'iperattività mentale ridondante viene tenuta a bada e il pessimismo riguardo storie e conflitti, lascia il posto a ottimismo e fiducia.

→ *Dr. Bach:*

"...succede di solito nei momenti in cui il loro interesse per il presente non è abbastanza forte da occupare del tutto la loro mente."

- **Enneatipo:** 4
- **Foglietto:** Ectoderma
(Costellazione
Ossessiva)

Riflessioni in chiave 5LB : *Come Walnut, anche questo fiore è importante per aiutare la persona ad uscire dal proprio loop conflittuale e variare il proprio modo di considerare il o i conflitti vissuti. Aiuta la persona a riconsiderare i temi del proprio tormento interiore, compreso quello di considerarsi "malata" e quindi destinata all'infelicità.*

WILD OAT (Forasacco) - *Bromus ramosus*

DUBBI SUL CAMMINO DA INTRAPRENDERE, INSODDISFAZIONE

Aiuta le persone che si trovano di fronte a un "bivio" e non hanno la più pallida idea di quale sia la direzione da prendere.

Pur dotate di talenti, vengono sprecati perché non riescono ad avere un obiettivo definito. Passano da una occupazione ad un'altra, da un lavoro ad un altro, perché si annoiano e ne hanno abbastanza. Seguono la corrente, pur sapendo di stare perdendo la vita, il che li rende frustrati e insoddisfatti. Utile quando si deve prendere una decisione importante.

• **Finalità:** Intraprendere la propria missione di vita, maturando pensieri e obiettivi positivi. Mettere a frutto le proprie capacità e peculiarità in maniera costruttiva. Successo in più di un campo professionale.

→ *Dr. Bach:*

"...sebbene le loro ambizioni siano forti, esse non sentono nessuna inclinazione particolare rispetto ad altre."

- **Enneatipo:** 7 - 4
- **Foglietto:** Ectoderma
(mucosa rettale)

Riflessioni in chiave 5LB : *Questo fiore può essere utile alla persona che non riesce a dirimere un dubbio riguardo a ciò che sia meglio fare per se' stessa, sia nella vita normale che nel caso sia malata. Questo fiore può aiutare la persona a ponderare bene le possibilità con cui curare il proprio stato di salute, senza avere la sensazione di perdere tempo o di essere pressato dall'urgenza di curarsi. Abbinato ad una adeguata informazione, questo fiore può permettere di applicare la miglior scelta per se' stessi.*

WILD ROSE (Rosa Canina) - *Rosa canina*

RASSEGNAZIONE, APATIA

Persone che sono inanimate da spirito di rassegnazione, accettando i fatti tristi o gioiosi della vita con poca o nessuna enfasi. Non vengono scossi da alcun evento in particolare e accettano quel poco che hanno, senza tentare di accedere alle proprie volontà. Non si lamentano, ma nemmeno tentano di scuotere l'apatia che le contraddistingue. Anche in situazioni personali difficili e/o negative, non si sentono veramente infelici, non intraprendendo alcuno sforzo per cambiare qualcosa.

Incapaci di sfruttare le proprie potenzialità, danno l'impressione di essere persone con le quali la vita può essere solo noiosa e monotona.

La sensazione prevalente è di rassegnazione per cui vi è carenza di energia e di ambizione.

• **Finalità:** La vita acquista interesse, lasciando trasparire l'ambizione sopita, perseguendo obiettivi definiti e vivaci, con il manifestarsi di sincera e vera soddisfazione. In caso di malattia la persona vuole guarire, facendo ciò che sente con interesse e tenacia. Viene presa l'iniziativa per avviare dei cambiamenti.

→ *Dr. Bach:*

- **Enneatipo:** 9
- **Foglietto:** Ectoderma
(Costellazione
depressiva);
Mesoderma
(Costellazione della
Morte emotiva)

"Si sono arresi alle avversità della vita senza lamentarsene."

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può aiutare la persona con [Costellazione del cervelletto](#), ridonandole la possibilità di partecipare attivamente alla propria salute, intraprendendo la cura migliore con entusiasmo. Anche nel caso di malattie in apparenza inesorabili, la persona può riacquistare il senso critico e la voglia di uscire dalla rassegnazione.

WILLOW (Salice Giallo) - *Salix vitellina*

AUTOCOMMISERAZIONE, RISENTIMENTO, VITTIMISMO

Per chi è vittima di malumore e risentimento, autocommiserazione e amarezza. Questo Fiore aiuta a neutralizzare il risentimento e a ritrovare l'umorismo e un sano senso di prospettiva futura.

Persone che vivono la sensazione di non ricevere abbastanza dalla vita, sentendosi povere vittime. L'invidia è un sentimento vissuto facilmente da queste persone, per cui hanno un umore pessimo, sono facili all'irritazione e chiudersi con amarezza in sé stessi.

Preferiscono vedere sé stessi come vittime delle circostanze e non ammettono eventuali miglioramenti. Questa costante sensazione di risentimento e di amarezza può indebolire la vitalità e portare a uno stato di salute generalmente cagionevole.

• **Finalità:** Dimenticare le amarezze del passato e perdonare. Quasi "magneticamente" saranno attratte situazioni e persone positive. Da "vittima" a protagonista positivo.

→ *Dr. Bach:*

"Sentono di non avere meritato una prova così grande, lo trovano ingiusto e ne sono amareggiati."

Riflessioni in chiave 5LB : Questo fiore può aiutare la persona ad uscire dal suo stato depressivo vissuto con senso di amarezza e irritazione, quindi è indicato nella variante depressiva delle varie [Costellazioni territoriali](#), particolarmente quella [aggressiva](#) e quella [mitomane](#).

- **Enneatipo:** [4 - 3 - 1](#)
- **Foglietto:** [Endoderma](#)

RESCUE REMEDY

Il Dr. Bach creò un Rimedio per le situazioni di emergenza, alla quale diede il nome di "Rescue Remedy". Questo Rimedio si compone di cinque Fiori:

- [Impatiens](#)
- [Star of Bethlehem](#)
- [Cherry Plum](#)
- [Rock Rose](#)
- [Clematis](#)

Utile quando si ricevono inaspettatamente brutte notizie, a fronte di dissidi o di problemi familiari, in caso di lutto, o per combattere paure, confusione o un grande spavento, può aiutare la persona ad affrontare la situazione con maggiore sicurezza.

Rescue Remedy aiuta a minimizzare la paura e il nervosismo.

Questo rimedio è particolarmente indicato per ristabilire l'equilibrio interiore in situazioni cariche di stress o particolarmente impegnative.

Chi dovesse accorgersi di ricorrere con una certa frequenza a Rescue Remedy dovrebbe rileggersi le indicazioni relative ai 5 singoli Fiori che lo compongono, per stabilire se uno o più di questi non siano forse meglio indicati per il proprio stato interiore individuale e farsi, di conseguenza una boccettina di trattamento.

L'assunzione di Rescue Remedy subito dopo un incidente può essere di valido aiuto a controbattere gli effetti negativi dello stesso e ad avviare il naturale processo di guarigione.

La scelta dei Fiori di Bach

Ci sono fondamentalmente due correnti di pensiero, come in omeopatia: l'unicismo ed il pluricismo. Il primo prevede che dopo opportuno interrogatorio della persona, si debba ricorrere ad un unico fiore che allevi lo stato d'animo della specifica persona. Il secondo prevede che si possano abbinare diversi fiori (6 o 7 rimedi) per coinvolgere lo stato d'animo della persona.

È facile avere l'impressione che quasi tutti i fiori siano adatti alla propria esigenza. È quindi importante concentrarsi su come ci si sente esattamente nel momento presente, restringendo il campo di scelta.

Per poter scegliere adeguatamente, è importante leggere tutta la scheda di ogni singolo fiore, sia le connotazioni psicologiche della persona, sia il potenziale e le finalità del fiore in argomento.

Non è mai opportuno scegliere il fiore basandosi sulla lettura autonoma del proprio stato d'animo. La mente mente ed è facile raccontarsi ciò che fa più comodo od è più accettabile o il desiderio di voler essere in un modo specifico.

È opportuno svelare ciò che si trova dietro all'apparenza comportamentale e del sentito, non limitandosi alla prima impressione, ma andando a scavare nel proprio vissuto e nelle emozioni sottostanti. A questo fine può

venire in aiuto lo studio accurato dell'[Enneagramma](#) che permette di comprendere quali possano essere stati ed essere i meccanismi automatici di nascondimento del proprio disagio.

Ad ogni modo l'impiego di fiori non collimati precisamente sulla specifica persona non arreca danni; posticipa il miglioramento o non determina alcuna modificazione.

Istruzioni d'uso

Dopo aver selezionato un Fiore di Bach o una combinazione di Fiori, diluire due gocce di ogni rimedio in un bicchiere d'acqua da bere a sorsi a intervalli regolari. In alternativa, riempire una bottiglietta da 30 ml con acqua minerale naturale, versarvi due gocce per ogni Fiore scelto e poi prendere quattro gocce da questa boccettina di trattamento quattro volte al dì fino a quando non si verifica un miglioramento del disturbo.

Ripetere il trattamento tutte le volte che lo si ritiene necessario non comporta alcun danno. La dose assunta va tenuta in bocca per qualche momento prima di deglutire.

La posologia di Rescue è leggermente diversa: versarne quattro gocce in acqua, da bere a singoli sorsi a intervalli regolari, oppure versare quattro gocce del preparato direttamente sulla lingua.

Il ricorso a Fiori di Bach insieme ad altri medicinali o a farmaci omeopatici non comporta alcun tipo di spiacevoli interazioni.