

Cosa sono?

“Si dà il nome di *Rimedi Floreali di Bach* alla serie di 38 infusioni naturali estratte da fiori silvestri della regione del Galles, Gran Bretagna”.¹

I rimedi di Bach sono 36 fiori, di cui uno coltivato, 1 gemma e 1 acqua.

Perché si chiamano fiori di Bach?

Questi rimedi floreali prendono il nome dal loro scopritore, il dottor Edward Bach, che li scoprì fra gli anni 1926 e 1934.

Egli nacque a Birmingham nel 1886, nel Galles. Fu medico microbiologo, ricercatore, omeopata. Dopo avere svolto attività clinica, nell'ultima parte della sua vita si ritirò nelle campagne gallesi, scoprendo le potenzialità terapeutiche dei suoi 38 rimedi, che sperimentò tutti su di sé.

Quali sono i presupposti filosofici della terapia?

Secondo Bach ognuno di noi è figlio di Dio ed inserito all'interno di una realtà superiore e globale, in un disegno perfetto. Bach sostenne la reincarnazione: “Quella breve permanenza sulla terra che noi conosciamo come vita non è altro che un istante effimero nel corso della nostra evoluzione, come potrebbe esserlo un giorno di scuola nell'insieme della nostra esistenza. Anche se per il momento non possiamo comprendere niente altro se non quell'unico giorno di scuola, l'intuito ci dice che la nascita è infinitamente lontana dall'essere l'inizio e la morte ugualmente lontana dall'essere la nostra fine. Le nostre anime, che sono in realtà ciò che noi siamo, sono immortali e i corpi, che noi riconosciamo coscientemente, sono temporanei. Come se fossero semplici cavalli che montiamo per fare un viaggio, o strumenti che usiamo per fare un determinato lavoro...”.² “Ogni anima incarnata si trova qui con il compito specifico di acquisire esperienza e comprensione e di perfezionare la propria personalità...”.³

Secondo Bach la malattia è il prodotto della dissonanza tra l'Io, rappresentato dalla nostra mente razionale, ed il Sé superiore, la nostra anima: quando durante questa vita tradiamo gli intendimenti, e gli scopi che la nostra anima ha scelto di perseguire in essa, si genera una disarmonia, un conflitto che da emotivo diviene fisico e dal quale emerge la malattia. Bach definisce la malattia in questo modo: “la malattia non è né una crudeltà in sé, né una punizione, ma solo ed esclusivamente un correttivo, uno strumento di cui la nostra anima si serve per indicarci i nostri errori, per trattenerci da sbagli più gravi, per impedirci di suscitare maggiori ombre e per ricondurci sulla via delle verità e della luce, dalla quale non avremmo mai dovuto scostarci”. La malattia insorge per due motivi: qualora la personalità non viva più in sintonia con l'anima, ma nell'illusione di una esistenza separata; qualora la personalità rifiuti il principio dell'Unità ed agisce contro l'anima e quindi contro gli interessi dell'Unità Globale.⁴



Figura 1 - Edward Bach.

Come agiscono i fiori di Bach?

L'effetto terapeutico dei fiori di Bach non dipende dall'utilizzo di proprietà fitoterapiche delle piante, ma risiede nell'effetto della specifica vibrazione terapeutica del fiore.

¹ Pastorino ML. Introduzione ai Rimedi Floreali di Edward Bach. Palermo: Nuova Ipsa Editore, 2001. Pag 13.

² Ibidem.

³ E. Bach. Guarisci te stesso.

⁴ CFR Scheffer M. Terapia con i fiori di Bach. Milano: Tascabili degli editori associati, 2002. Pag 17.

emozioni proprie dell'uomo. Alcuni fiori trattano stati mentali acuti, altri emozioni croniche o modalità caratteriali, per cui vengono detti fiori tipo. Un esempio di rimedio indicato negli stati acuti è Rock Rose, che è un fiore del gruppo dei rimedi per la paura. Esso è indicato in presenza di panico e terrore, che rappresentano stati emotivi acuti e transitori. Un esempio di rimedio adatto a trattare tipologie caratteriali è rappresentato da Rock Water, indicato in caso di rigidità, autodisciplina e severità verso se stessi.

I fiori sono classificati in sette gruppi, in relazione alla problematica che trattano. Tuttavia, è bene sottolineare che ogni rimedio si distingue dagli altri per le peculiari emozioni che tratta.

Paura	Rock rose (eliantemo) Mimulus (mimmolo giallo) Cherry plum (visciola) Aspen (pioppo) Red chestnut (castagno rosso)
Cura eccessiva per gli altri	Chicory (cicoria) Vervain (verbena) Vine (vite) Beech (faggio) Rock water (acqua di roccia)
Incertezza	Cerato (piombaggine) Scleranthus (scleranto) Gentian (genziana) Gorse (ginestra) Hornbeam (carpino) Wild oat (avena selvatica)
Mancanza d'interesse Nel presente	Clematis (clematide) Honeysuckle (caprifoglio) Wild rose (rosa selvatica) Olive (olivo) Whitechestnut (fiori d'ippocastano) Mustard (senape) Chestnut bud (gemme d'ippocastano)
Solitudine	Heather (erica) Impatiens (impatiens) Water violet (violetta d'acqua)
Ipersensibilità'	Agrimony (agrimonia) Centaury (centaurea) Walnut (noce) Holly (agrifoglio)
Scoraggiamento E disperazione	Larch (larice) Pine (pino) Elm (olmo) Sweet chestnut (castagno dolce) Star of bethlehem (stella di betlemme) Willow (salice) Oak (quercia) Crab apple (melo selvatico)

Oltre ai fiori citati esiste anche il Rescue Remedy, che è l'unica composizione preparata da Bach. È una preparazione costituita da 5 fiori: Rock Rose (panico, il terrore, la paura nelle situazioni di emergenza), Star of Bethlehem (per i traumi e gli shock), Impatient (per l'agitazione e la frenesia), Clematis (per lo stato di shock, la confusione che si caratterizza dal distacco dalla realtà), Cherry plum (perdita di controllo, o paura di perdere il controllo). Le indicazioni per il Rescue Remedy sono da riferirsi alle situazioni di shock, panico, stress, spaventi, traumi.

Come si preparano?

La vibrazione terapeutica dei fiori viene catturata dall'acqua mediante due metodi diversi: il metodo del sole⁶ ed il metodo della bollitura,⁷ che si eseguono in modo differenziale, secondo le indicazioni fornite da Bach, a seconda delle caratteristiche del fiore (i fiori delle specie arboree più coriacee e legnose vengono preparate con il metodo della bollitura). Da

Figura 2 – Da Orodzco. Op cit. Pag 73.

Tintura Madre = Essenza (50%) + Brandy (50%)
Stock = Brandy (100%) + Tintura Madre (2 gocce X 30ml)
Trattamento = Acqua (80%) + Brandy (20%) + Stock (3 gocce X 30ml)
NB in caso di Rescue Remedy si aggiunge il doppio di gocce dello stock.

Da entrambe le preparazioni si ottiene un'acqua energizzata, che deve essere addizionata ad una pari quantità di brandy, che agisce come conservante: da questa soluzione si ottiene la tintura madre. Ponendo due o tre gocce di tintura madre in 30 ml di brandy si ottiene lo Stock, che è la preparazione che si trova in commercio. Dagli stock dei diversi rimedi, scelti in relazione alle necessità della persona, al fine di preparare la boccetta di trattamento, devono essere prelevate due o tre gocce, che andranno poste in una boccetta da 30 ml piena d'acqua e di un 20% di brandy, che agisce come conservante.

Come si scelgono i fiori giusti?

La scelta dei fiori avviene durante il colloquio con la persona, mediante l'analisi degli stati d'animo e le emozioni che sta vivendo. Esistono tuttavia molti altri metodi di individuazione dei fiori, ad esempio mediante l'uso delle carte, mediante il ricorso a test chinesologici o mediante il collegamento con il quadro astrologico della persona.

Qual è la posologia dei fiori?

Esistono diverse possibilità di posologia. Se ci troviamo in una situazione improvvisa, quale può essere ad esempio un trauma o un forte spavento, possono essere poste da due a quattro (se si utilizza il Rescue Remedy) gocce di soluzione dalla Sock Bottle in un bicchiere d'acqua, che andrà assunto a piccoli sorsi. Per le terapie prolungate, invece si

⁶ Metodo del sole - Prima delle 9 del mattino, in una giornata di sole senza nuvole, si pongono in una bacinella 300 ml di acqua di fonte, i fiori, senza toccarli, tagliandoli e facendoli cadere direttamente nella ciotola. I fiori devono coprire completamente la superficie dell'acqua. Si lascia la bacinella con l'acqua ed i fiori 3-4 ore in pieno sole. La preparazione è pronta quando compaiono delle bolle nell'acqua o quando i fiori iniziano ad avvizzire. A questo punto si tolgono i fiori dall'acqua con un rametto della stessa pianta. Si unisce una pari quantità di brandy ed abbiamo ottenuto la tintura madre.

⁷ Metodo della bollitura - Prima delle 9 di un giorno di sole senza nuvole, porre i fiori ed i loro gambi (15 cm di gambo), senza toccarli, in una casseruola smaltata, in modo che ne occupino i $\frac{3}{4}$. Quindi occorre recarsi a casa velocemente: si coprono i fiori ed i gambi con 1,13 litri di acqua e si fa bollire senza coperchio per 30'. Si fa raffreddare e si filtra il tutto con una garza. Quindi si unisce al filtrato una pari quantità di brandy.

ricorre alla preparazione della boccetta di trattamento, secondo quanto indicato sopra. Questa soluzione viene assunta generalmente quattro volte al giorno, ponendo quattro gocce di soluzione sotto la lingua. Negli stati acuti la dose può essere elevata, fino ad arrivare a 4 gocce ogni 10 minuti, sino a quando non subentrano segni di miglioramento. Occorre dire che i fiori di Bach non agiscono sempre, ma in funzione della sensibilità, della sintonia che la persona sviluppa per i fiori e in relazione al tipo di fiore scelto. Per alcuni problemi è sufficiente una unica somministrazione di un fiore, mentre altre volte occorre assumerli per mesi. Anche la disponibilità al cambiamento della persona influisce sulla resa del fiore.

L'assunzione dei fiori non ha alcuna interazione con alcun farmaco e quindi può essere assunta durante qualsiasi tipo di terapia, anche farmacologica. Non esistono controindicazioni.

Quanto dura della terapia?

Dipende dal tipo di squilibrio e dalla persona. Se lo squilibrio è particolarmente acuto possono essere sufficienti alcune somministrazioni. Qualora si tratti di una condizione cronica i tempi si devono necessariamente prolungare. I fiori generalmente funzionano in 15-20 giorni, dopo i quali è opportuno cambiarli, considerando le nuove condizioni della persona.

Bibliografia

- Bach E. Tutte le opere. Diegaro di Cesena (FC): Macro edizioni, 2000.
- Ball S. Floriterapia di Bach. Milano: Tecniche nuove, 1999.
- Orozco R. Nuovi orizzonti con i fiori di Bach. Rivarolo (TO): Centro di Benessere Psicofisico, 1999.
- Pastorino ML. Introduzione ai Rimedi Floreali di Edward Bach. Palermo: Nuova Ipsa Editore, 2001.
- Scheffer M. Terapia con i fiori di Bach. Milano: Tascabili degli editori associati, 2002.
- Scheffer M. Uso pratico dei fiori di Bach. Milano: Tascabili degli editori associati, 2001.