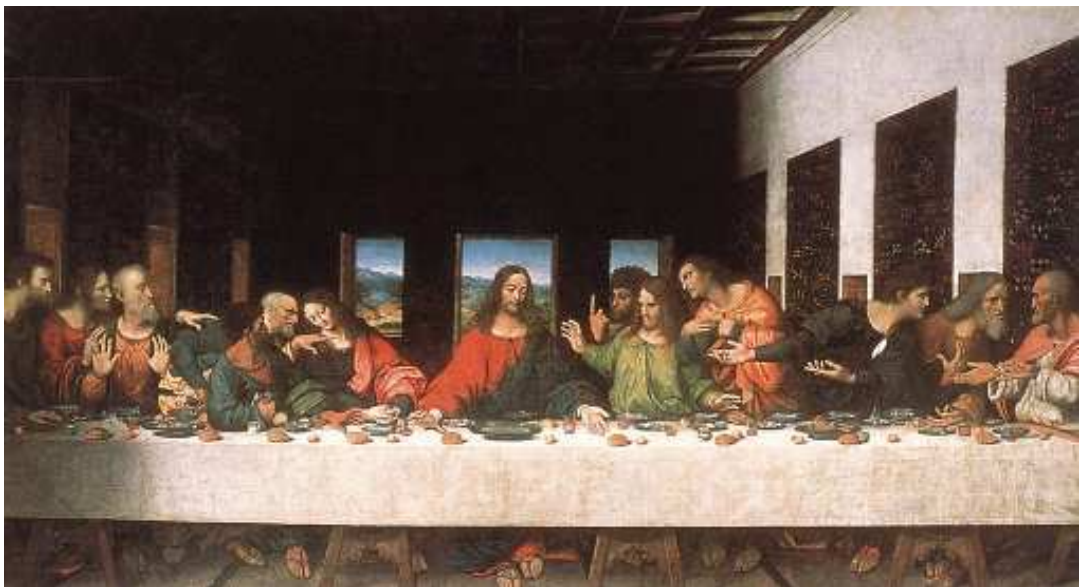


*UNIONE DI FLORITERAPIA – Milano*  
*Corso triennale di Ricerca e Formazione in Floriterapia*

# **SUSSURRI NELL'UNIVERSO**

**I messaggi dei Fiori per i bisogni dell' Anima**



**Tesi di Diploma in Floriterapia  
di  
Annalisa Sorrentino**

Anno Accademico 2008-2009

Relatrice Patrizia Roberti

# Indice

Presentazione

Introduzione

Sussurri nello spazio e nel tempo

Chi era il Dottor Edward Bach

Chi si prende cura di chi? I ruoli delle donne caregiver

Esperienze pratiche con caregiver :

i casi di Pierangela, di Roberta, di Pierpaola

Conclusioni

Frase e citazioni per riflettere

Lettere come essenze di un percorso

Bibliografia

Ringraziamenti

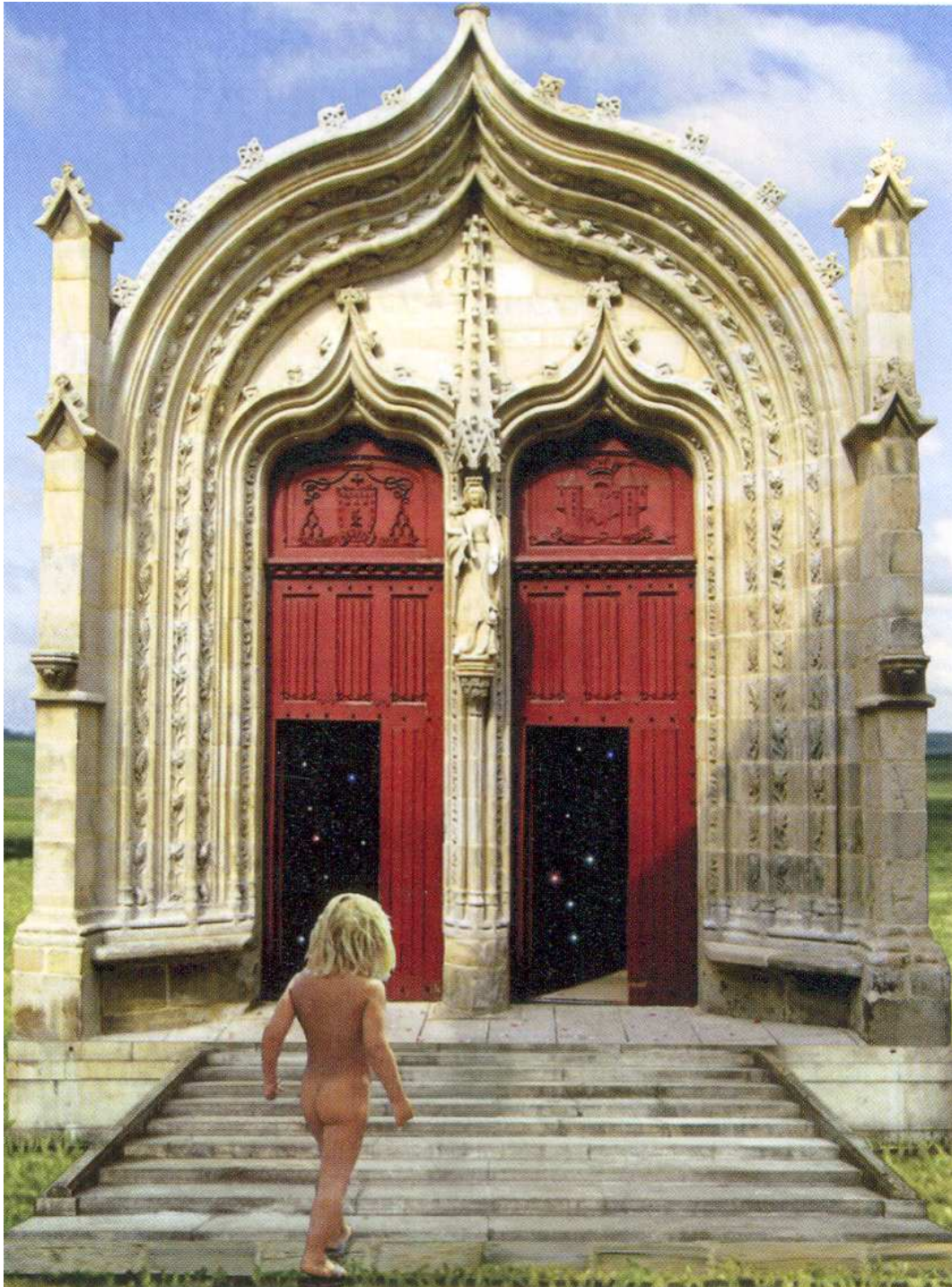
# Presentazione

## Il mio incontro con i Fiori di Bach

Negli anni '80 una mia carissima amica, per la prima volta, mi iniziò a parlare dei Fiori di Bach. Erano gli anni dei “figli dei fiori”, dell'*alternativo* come si diceva, e quel periodo fu foriero di attività nuove e diverse, anche singolari. Nacquero le prime erboristerie che molti vedevano come ambienti frequentati da “strane persone”, dove gli odori delle piante si mescolavano ai profumi di Oli Essenziali, di sacchi di riso e affini. Erano luoghi gestiti da persone considerate folcloristiche se non addirittura streghe o stregoni: la mia amica era chiamata “la strana entità di Natura”. Si dava poca credibilità a queste cose, pure avevano gran fascino: il fascino del nuovo. Un nuovo che poi nuovo non era, anzi si trattava piuttosto del fascino del tempo passato che tutti noi ci portiamo dentro da lontano, come gli antichi archetipi che albergano in noi.

In questo negozio di antiche alchimie, la mia amica ogni tanto mi dava queste gocce e diceva “sono Fiori di Bach, sono amici dell'anima e se saprai ascoltarli vedrai che meraviglia, sanno sussurrare all'anima cose giuste per te”.

Allora era lontanissimo in me il pensiero anche solo di sapere cosa fossero, li prendevo e basta, sulla fiducia... e stavo bene.



*Se il varco si apre... entriamo nello spazio più intimo e nascosto dell'individuo. Significa poter accedere a quella porta sacrale che ci conduce nel territorio chiostrale dove risiede il prato dell'anima, che permette di interagire con la parte più vera e profonda dell'essere umano, sciogliendo il nodo della sofferenza e della malattia.*

# Introduzione

## Perché questa tesi

Mi sono sempre chiesta come mai a certi personaggi era concesso ascoltare il messaggio dell'Universo, come mai proprio a loro era stato dato di ascoltare il *Sussurro dell'Anima dell'Universo* per poi, da bravi pionieri, trasmetterlo agli altri.

Ci potremmo perdere negli esempi tra i quali ricordiamo: Copernico (*scopre* il sistema eliocentrico), Newton (*scopre* la gravità), Edison (*scopre* l'energia elettrica), Fleming (*scopre* la penicillina), Freud (*scopre* la psicanalisi), Einstein (*scopre* la relatività), Ghandi (*scopre* la potenza del movimento di nonviolenza) ... e molti altri sarebbero da elencare.

Come sono arrivati questi maestri alle loro scoperte, che hanno cambiato il volto e la storia dell'uomo? Poche persone che hanno saputo far fare progressi enormi all'umanità, insegnando che si poteva andare oltre ai propri limiti e alla propria stessa fisicità, per cambiare fuori e dentro di noi.

Credo che siano riusciti in questa straordinaria impresa, soprattutto perché avevano l'orecchio attento a tutto quello che li circondava, permettendo così alla loro passione di indicare loro la strada. Sappiamo bene che la passione non è altro che la fiamma che brucia dentro di noi, producendo un'alchimia che sussurra nuova vita.



## Sussurri nello spazio e nel tempo



*“Nel campo di coloro che cercano la verità  
non esiste alcuna autorità umana,  
chiunque tenti di fare il magistrato  
viene travolto dalle risate degli dei.”*

*Albert Einstein*

Credo che il mio grande pregio, o difetto, sia la curiosità, anzi ne sono certa perché oggi, alla soglia dei cinquant'anni, ripercorrendo il mio passato come una pellicola sbiadita tra sogno e realtà, capisco che la mia curiosità è stata la molla, il mercurio alchemico che mi ha fatto andare oltre a ciò che vedevo. Tutto quello che era diverso dal mio entourage familiare o da quello che era il mio vissuto quotidiano, in tutti i settori e in tutti i sensi, mi portava a farmi un sacco di domande dentro e fuori di me.

Ricordo i primi giorni vissuti in collegio, dopo le paure e gli imbarazzi, mi incantavo a scrutare i visi dei bambini e i loro movimenti (il mondo che appartiene ad ognuno di noi) con quell'atteggiamento e quella meraviglia che ancora oggi fanno parte di me: come osservare un quadro e vedere i particolari.

Fu proprio questo atteggiamento che mi portò a chiedere ad una delle suore, mentre i loro abiti fruscavano in modo soave e le ali dei loro veli ondeggiavano nell'aria: "madre, perché è diventata suora e non ha bimbi suoi?" – ricordo che il mio tono era di leggero dispiacere verso la suora. Lei rispose: "Gesù mi ha sussurrato che ci sarebbero stati tanti bambini che avrebbero avuto bisogno di me e che io avrei potuto aiutare le loro mamme nei momenti di bisogno". Insistetti: "e tu l'hai visto Gesù quando ti ha sussurrato?" – "No, perché Gesù sussurra al Cuore".

Questa frase è rimasta ed è ancora nella mia mente, o nel Cuore; sicuramente con gli anni, con lo scorrere del tempo e delle esperienze, con l'accumularsi di conoscenze e cultura, quel Gesù che sussurrava è diventato anche tanto altro: soffio, anima, sé superiore, fede, universo, inconscio, messaggio divino... anche se non è venuta meno la mia fede in Gesù.

Ma cos'è un *sussurro*?

Parola onomatopeica che imita un suono inafferrabile, forse un bisbiglio o un vento tra le foglie o uno sciame d'api...

Credo che il sussurro stia in meraviglioso equilibrio tra lo spazio e il tempo, dove attraverso le forze dell'Universo che gravitano fuori e dentro di noi, riusciamo a sentire quel soffio che alchemicamente, con la forza della passione, ci porta a trasformare le energie che ci vengono proposte: un pensiero, un'opera, una scoperta geniale o un'invenzione.

Quindi quel soffio non è altro che il sussurro dell'Universo alla nostra anima che fa da ponte tra il corpo e lo spirito.

Pensando a Gesù, ai maestri, ai maghi della scienza e della cultura, della medicina e di ogni settore della vita dell'uomo, e continuamente meravigliandomi, mi chiedo: cosa li ha condotti alle loro scoperte? L'intuito? La ricerca costante? E la mia risposta è stata che dietro alle parole e ai pensieri di tutti loro, non poteva esserci altro che la passione, quella passione che ti brucia e quel soffio che tiene

accesa la fiamma. Immagino ad esempio Ghandi, quest'uomo minuto appartenente ad un popolo sottomesso, e vedo come ha cambiato la sorte del suo paese: da dove gli sono venuti tanto coraggio e tanta speranza?

Einstein affermava che le sue intuizioni gli arrivavano nel dormiveglia, ed è proprio nel dormiveglia che l'anima ci mette al corrente degli eventi più profondi che avvengono dentro di noi, come il sussurro di un innamorato.

Penso dunque che sia stato questo soffio ad illuminare le menti dei grandi innovatori nella storia dell'umanità.

Ma chi riceve il dono di udire l'inesprimibile, di ascoltare il trascendente, ha anche il dovere di tradurre questo per i suoi simili e diffonderlo.

Ed è quello che ho provato in questi tre anni di Corso di Floriterapia dove ho incontrato insegnanti accorate e piene di passione nel trasmetterci i pensieri e le opere del Dottor Bach, ognuna con le sue sfumature e con i suoi colori e temperamento, ma tutte con un'unica passione e meta: farci capire l'importanza del messaggio dei fiori e l'aiuto che possono darci facendo vibrare in noi quelle frequenze assopite e non in sintonia con la nostra vera essenza.

In questo preciso momento una riflessione mi attraversa la mente ed è che le nostre insegnanti sono tutte donne, mentre il pioniere era un uomo. Gli archetipi sono evidenti: il maschio genera e la femmina custodisce - la spada e il calice, l'azione e la riflessione.

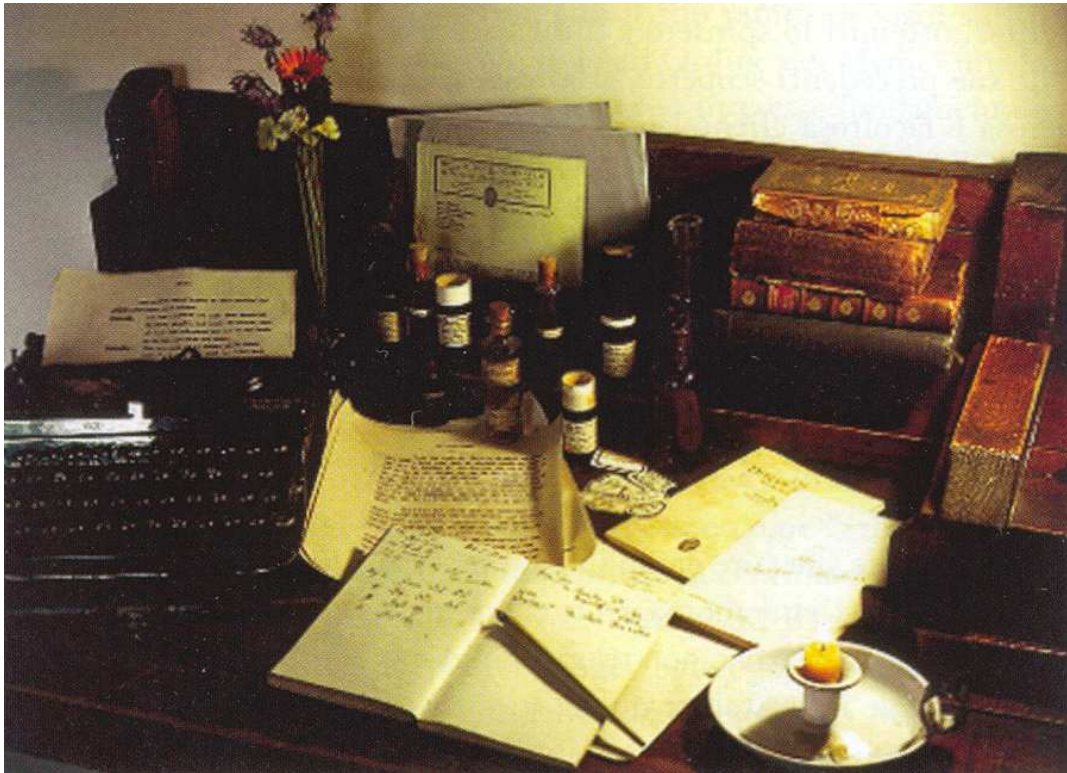
Esempio emblematico è la figura di Nora Weeks, segretaria ed assistente del Dottor Bach, la quale salvò, custodì e trasmise quegli scritti che il suo maestro aveva prima elaborato, ma che poi aveva tentato di distruggere nel fuoco.

Che cosa spinge le persone a fare questo corso?

Mi faccio mille domande, mi do mille risposte, ma chiara dentro di me una verità, l'universo ha sussurrato al Dottor Bach quello che la natura attraverso i fiori era pronta a donarci, attraverso di lui fino alle nostre insegnanti e da loro a noi come un filo di Arianna, tutti seguendo il proprio cammino ma partendo da un solo inizio.



## Chi era il Dottor Edward Bach



*“La scienza è piena di superstizioni, di credenze di ogni sorta ... quel che è più triste, è che il pubblico è persuaso che la scienza abbia la risposta a tutto ...”*

*John Carew Eccles<sup>1</sup>*

---

<sup>1</sup> Neurofisiologo australiano, premio Nobel per la medicina 1963

Per poter capire meglio ed entrare per una sola frazione di secondo nell'onda che avvolse il Dottor Bach dobbiamo farci una domanda: "chi era il dottor Edward Bach?"

Pensiamo per un momento in che epoca ha vissuto, in che luogo e con che clima (culturale, economico, sociale, politico e spirituale), già questo solo ci basta per aprire un mondo.

Egli nacque nel 1886 in Gran Bretagna, e morì a soli 50 anni nel 1936; siamo dunque agli inizi del '900, un momento di grande rivoluzione in tutti i settori, una grande crisi epocale che porta allo sgretolamento della società lasciando l'individuo in balia delle sue paure, dove la confusione e il bisogno di credere fa nascere da una parte i gruppi di spiritisti, di medium, di ipnotisti, dall'altra porta alle grandi scoperte tecnologiche, come luce elettrica, sviluppo e ampliamento nell'uso della chimica e nascita della fisica moderna. Nello stesso periodo ha origine e si sviluppa la psicoanalisi. .

Il Dottor Bach medico di gran fama e successo, diceva di poter leggere negli uomini la loro sofferenza e questo lo indusse a trovare rimedi che fossero meno invasivi e nocivi di quelli allora di uso comune; così grazie all'incontro e al confronto con le teorie del Dottor Hahnemann, fondatore della medicina omeopatica, arriva a sviluppare i Nosodi secondo i principi dell'omeopatia.

Scrivono Cappello e Piterà nel loro *"I Nosodi di Bach e Paterson"* :

*"Qui, intorno agli anni 1915-1930, avviene l'incontro con il dottor Edward Bach, reduce dalla caduta agli inferi prodotta dalla grave malattia sofferta, intento in originali ricerche sulla batteriologia intestinale; indagini che lo porteranno alla sua tanto misconosciuta quanto brillante scoperta. Tornando alla vita, ancora segnato nelle carni, Bach raccoglie e interpreta eccentricamente il concetto più oscuro espresso dal padre dell'Omeopatia C. F. Samuel Hahnemann: quello di Miasma. Nelle feci dei pazienti cerca l'idea stessa della plasticità della materia psichica più recondita, che riporta alla melma, al fango viscerale.*

*Il labirinto paludoso dell'intestino umano, caldo e interno, è metafora, da sempre condivisa, di mondo infero interiorizzato. Il suo dio emozionale coinvolge la paura (panico produce diarrea). È come se l'angoscia di Bach, relativa alla sofferenza vissuta e allo scampato pericolo, abbia trovato lineare espressione nello studio della parte più affine a Saturno, dio delle latrine [v. Metalivello 6]<sup>1</sup>. Il confine della vita e della morte, appartiene a latitudini sulfuree e tenebrose, lontane quanto mai dalle esperienze diurne. In questo luogo metafisico la prospettiva anale si capovolge in quella orale: per gli Egizi, nel mondo infero, i morti camminavano a testa in giù, vomitando il contenuto intestinale. Le feci alludono ad una essenza che è sempre presente e che si riforma in continuazione. Racchiudono sottili, seppure antipatiche, analogie con la creatività (imbrattare, colorare, puzzare), con le origini della coscienza, con il controllo della ricchezza, con l'umorismo più irriverente.’’<sup>2</sup>*

E ancora riferiscono a proposito dell'abbinamento che il Dottor Bach farà tra Nosodi e tipi specifici di personalità:

*“Ma ecco il brillante salto di qualità, il colpo di ali del pioniere assoluto: lo scienziato intuisce la possibilità di abbinare un tipo specifico di ‘personalità’ a ognuno dei sette gruppi.”<sup>3</sup>*

Racchiuse in queste righe c'è un mondo, un mondo che si rifà ad una visione ermetica – come in alto così in basso – in cui le distonie del basso dei luoghi più

---

<sup>1</sup> Katz e Kaminski, floriterapeuti e ricercatori californiani, dopo aver sperimentato i fiori del dottor Bach hanno iniziato sul loro territorio una nuova sperimentazione con i Fiori locali o Essenze Californiane con grande successo; come dice Goethe: “il più grande regalo per un maestro è quando l'allievo smette di essere allievo”.

Inoltre hanno definito otto Metalivelli, ossia otto piani di conoscenza, abbinati ai Fiori ed ai Pianeti, attraverso i quali si accede alla conoscenza del proprio livello di evoluzione.

Il sesto Metalivello è abbinato a Saturno – l'OMBRA e l'ANIMA – e si riferisce al riconoscere e trasformare il proprio Karma.

“Nel trovarsi di fronte alla propria Ombra l'Anima può venire in contatto con livelli profondi di buio esistenziale, come depressione e altri tipi di angoscia, e questa discesa nel buio è un passo necessario per la sua evoluzione.” (pag.103 - dispensa II° anno del Corso)

<sup>2</sup> L. Cappello F. Piterà “I Nosodi di Bach e Paterson” pag. 9-10, ed. Nova Scripta, 2007

<sup>3</sup> *idem*, pag. 10

oscuri hanno bisogno di luce, quella luce da cui gli uomini attingono vita e volontà (che per molte culture è rappresentata dal Sole) e che Bach farà scaturire dai fiori quali fonti supreme di energia e di luce.

Oggi il Dottor Bach continua ad essere ricordato più per i suoi Fiori che per gli studi sui Nosodi, eppure egli arrivò ai primi attraverso i secondi. D'altra parte lui stesso indicò nei Fiori la nuova medicina, superamento anche dell'omeopatia.

Fu la sua malattia che lo condusse verso ricerche continue e, non soddisfatto dei risultati, a proseguire cercando ogni possibile strada e mettendosi in ascolto dell'intero universo umano e naturale... allora un *sussurro*, come una brezza mattutina, passando dai meandri più scuri alla luce del cielo, gli diede la risposta che cercava: che è nella luce che l'uomo può guarire e la natura venirci incontro.

Pensiamo non al medico, ma all'uomo, alla passione che lo bruciava, a come egli sentisse che pur non rimanendogli molto tempo (a causa della malattia che lo avrebbe portato alla morte a soli 50 anni) doveva continuare le sue ricerche per riuscire a curare, o almeno alleviare, la sofferenza dei suoi pazienti. Egli sentiva che aveva un compito da concludere su questa terra e per questo rinunciò a tutto, agi, ricchezze e onori, per seguire il sussurro dei fiori e il loro flusso. Il loro misterioso richiamo lo portò infine a scegliere i 38 fiori, che ha donato agli uomini di buona volontà, perché tutti avessero il diritto di potersi curare. Perché come diceva lui: *“non ci sono malattie, ma solo uomini malati”*. E fu proprio l'infinita fede, speranza e armonia che aveva per l'universo e per la natura come supporto all'uomo, che lo portarono alla scoperta della sua floriterapia.

Abbiamo già detto che il Dottor Bach, pur essendo uomo di scienze, sicuramente era anche un uomo con grandi conoscenze esoteriche, che si lasciò trasportare, di sussurro in sussurro, attraverso la danza della vita.

I 38 Fiori si suddividono in un modo che ci deve far pensare: 12, 7 e 19; perché li ha suddivisi? Poteva tramandarceli in semplice sequenza. Quale sussurro lo portò a questa suddivisione? Possiamo fare delle ipotesi ...

12 GUARITORI - 7 AIUTI - 19 ASSISTENTI

Numero 12 per i GUARITORI = 12 apostoli - 12 mesi - 12 segni dello zodiaco - 12 le tribù di Israele e le loro capacità ecc.

Numero 7 per gli AIUTI = 7 pianeti - 7 colori dell'arcobaleno- 7 i giorni in cui Dio creò l'uomo- 7 bracci nel candelabro ebraico- 7 come numero spirituale ecc.

Numero 19 per gli ASSISTENTI = numero primo dato dalla somma di 12+7

Possiamo davvero pensare siano numeri scelti a caso?

La vita del Dottor Bach ci deve far pensare, soprattutto per come abbia avuto il coraggio di lasciare tutto per poter aiutare gli altri, quasi seguendo le parole del Vangelo, da lui spesso citato, in cui Gesù dice "Lascia tutto e seguimi"; ed egli sicuramente ha voluto seguire quella che è stata per lui l'instancabile ricerca di un'autentica visione dell'esistenza.

Penso all'anima gentile di quest'uomo che si preoccupa dei dolori e delle sofferenze dei suoi pazienti, che cerca disperatamente con ogni mezzo a sua disposizione di curare con strumenti delicati, dolci e meno invasivi delle torture di quel tempo, pagando perciò alla società cieca e sorda un prezzo molto alto.

Infine penso ai primi tre fiori da lui scoperti, *Impatiens*, *Mimulus* e *Clematis*, che vanno ad agire rispettivamente sulle emozioni di *Impazienza*, *Paura* e *Tendenza a rifugiarsi nei sogni*; probabilmente tale scoperta si collega direttamente ai suoi stati d'animo: non stava forse cercando con impazienza, conscio del poco tempo a sua disposizione? E non è probabile avesse anche momenti legati alla paura, paura di non riuscire o della malattia o dei giudizi? Come non pensare debba avere avuto perciò anche momenti di desiderio di evadere dalla realtà? Ecco allora che ancora una volta la ricerca verso la luce, prende le mosse dalle profondità scure e sofferenti di un animo umano.

Scriva la scienziata Rita Levi-Montalcini nel suo ultimo libro "*La clessidra della vita*":

*“I momenti fortunati dell’intuizione non sono mai arrivati durante le fasi di studio, ma nel pieno della notte. [...]È come un flash che arriva al buio, è il subconscio che si rivela.”<sup>1</sup>*

Laddove la creatività, l’interesse e la passione sono come fuoco nella mente che rimane bambina, si riesce a vedere il mondo con gli occhi aperti.



---

<sup>1</sup> Giuseppina Tripodi con Rita Levi-Montalcini - *“La clessidra della vita”* pag. 49, ed. Baldini Castoldi Dalai (2008)



## Chi si prende cura di chi? I ruoli delle donne caregiver



*“Le nostre anime sono perfette  
essendo figlie del Creatore,  
e tutto quello che ci dicono di fare  
è per il nostro bene”*

Edward Bach

In una delle sue bellissime lettere “*La vera conoscenza 21 Maggio 1936*”<sup>1</sup> Edward Bach cita l’anima come sede e rifugio della nostra libertà e conoscenza, l’unica che possa davvero rispondere alla domanda “chi sono io, anello di questa lunga catena, segmento di un filo invisibile?”.

Anch’io mi sono chiesta: “chi sono io?”.

Avverto che c’è una conoscenza dentro di me che non riesco ad esprimere, assetata di ogni cosa che riveli la bellezza inscindibile dell’Uno, sento che nel silenzio ritrovo la mia essenza e la forza per espellere tutte le paure e le false verità che intossicano la mia anima.

Ho lasciato tanto tempo fa un lavoro ben retribuito e di responsabilità, per seguire il percorso del benessere mio e degli altri: sono diventata erborista, anche se a stento potevo vivere di questo lavoro e arrotondavo facendo la cameriera, ma mi sentivo serena, certa, credo di non essere mai stata così felice come quando feci quella scelta. Per tutti ero ‘impazzita’, ero ‘strana’, ma sentivo forte una pulsione, una forza, una verità che era nella mia mente sempre aperta e nel mio cuore, sentivo di avere imboccato la mia via ma non riuscivo a spiegarlo a parole. Non riuscivo a dire come fosse la mia passione, come mi sussurrasse mentre preparavo le miscele, in che modo condividere con gli altri emozioni e stati d’animo mi rendesse felice e mi bastasse, rendendomi serena.

Pian piano ho conosciuto negli anni i Fiori di Bach e la pace che regnava nel loro mondo, le richieste da parte dei clienti in merito ai Fiori erano sempre più frequenti, perciò ho seguito tanti corsi, fino a quello della Scuola dell’Unione che mi ha portato a questa tesi con un gruppo di caregiver di malati di Alzheimer.

*Caregiver* letteralmente significa *chi si prende cura* ed è un termine utilizzato in particolare per i famigliari dei malati di Demenze, specie quella di Alzheimer.

Questa tesi nasce infatti come riflessione a seguito di un’esperienza durata 5 mesi – dall’ottobre 2008 al marzo 2009 - presso l’Associazione G. P. Vecchi di Modena, Associazione che opera sul territorio a favore dei malati di Alzheimer e delle loro famiglie.

---

<sup>1</sup> E. Bach “*Opere complete*” pag.53 – Macro Edizioni (2002)

Il progetto prevedeva diversi incontri, con una cadenza di 15-20 giorni, con i famigliari che avessero sentito il bisogno di un sostegno aggiuntivo in tale difficile situazione.

Tutte le persone che si sono presentate erano donne, quasi tutte figlie di madri ammalate di Alzheimer, tranne una che era la nuora della madre del marito, ed anche questo è stato significativo per evidenziare il diverso rapporto con la malattia tra uomini e donne.

Questo in fondo non mi ha stupito, perché è più della donna il patto di mutuo soccorso, la donna che fin dai tempi antichi è stata padrona del tempo e del suo orgoglio di sacrificarsi ed essere di sostegno nella tutela e nella conservazione delle tradizioni e dei rituali intorno al focolare domestico, laddove albergava e viveva la più piccola ma grande società che è la famiglia. Tanto da divenire Dea incontrastata, dalle mille sfaccettature e profili, basti pensare alla mitologia con Vesta dea del focolare, Diana dea della caccia, Demetra dea delle messi ...

Ogni donna 'caregiver' di questo gruppo è venuta da me portando il suo bagaglio personale di natura e cultura, ma tra tutte appariva evidente un unico comune denominatore: *ipertrofia del codice materno*.

Non si tratta in questi casi di un dovere generico (che forse sarebbe più appropriato per un uomo), ma dell'emergere a dispetto di carattere, educazione e rapporti con la madre, di una *necessità imprescindibile di prendersi cura* che non è riferito solo al prendersi cura della propria madre, ma anche di se stesse in quanto soggetti che si identificano nella persona malata.

Si perde il confine fra la figlia e la madre.

Il rapporto si spersonalizza.

Sorge la domanda: chi si prende cura di chi?

Perché tale meccanismo di ipertrofia del codice materno, è più frequente nelle figlie di donne ammalate di Alzheimer, che in quelle ammalate magari di un male incurabile ma che non intacca le facoltà mentali? La chiave di questa domanda sta forse nel venir meno nei malati di Alzheimer della capacità di riconoscere e riconoscersi un ruolo ed una parentela, quindi anche un intero sistema di relazioni affettive.

Sono figlie eppure allo stesso tempo mamme delle loro madri e questo fa sorgere paura e sconforto nei loro cuori di figlie: la confusione è generata dal nuovo ruolo di figlia-mamma. Ognuna di loro urla la propria disperazione, la bambina impaurita dentro di loro perde il punto di riferimento delle proprie radici, ma allo stesso tempo l'adulta cerca un programma, una soluzione davanti a questa malattia terribile.

Cercano un accomodamento, una nuova visione, un acquietamento nell'animo e decidono di provare a partecipare a questo percorso con i Fiori di Bach – o qualcuno lo ha sussurrato loro?

L'assunzione dei Fiori acquieterà la loro paura, ansia, disperazione e sensi di colpa, e piano piano potranno percepire il sussurro della propria anima nel silenzio delle note floreali, in una danza ritmica attraverso il tempo.

Potrei qui descrivere tutti gli incontri e le persone, ma non è questo che mi preme, voglio invece dirvi quello che ho ascoltato e quello che ho bisbigliato e di come i Fiori ci hanno guidato.

Mi sono detta: ma chi ha bisogno di chi?

Non c'è chi prende e chi dà, ma tutti cresciamo attraverso i nostri simili, nel nostro quotidiano, con quello che la vita ci offre, per portare a termine il compito che ci siamo dati, seguendo il percorso della nostra anima che ci rende liberi e sereni, che ci porta alla conoscenza, che non è quella dei libri e degli insegnamenti, ma quella che attraverso di essi riusciamo a capire della nostra vera

essenza, del nostro vero colore, del nostro vero profumo, che insieme agli altri forma un bouquet meraviglioso, fatto di mille sfumature, come quelle della natura. Perché come diceva un mio maestro *“siamo tante gocce di un grande mare, se ne manca una noi non ce ne accorgiamo, ma il mare sì”*.

Ogni persona ci fa da specchio con le sue virtù e i suoi difetti, anche se questo molte volte non ci piace, eppure è così, attiriamo i nostri simili e i nostri contrari per la legge di compensazione e di equilibrio, l'equilibrio su cui si basa l'universo.

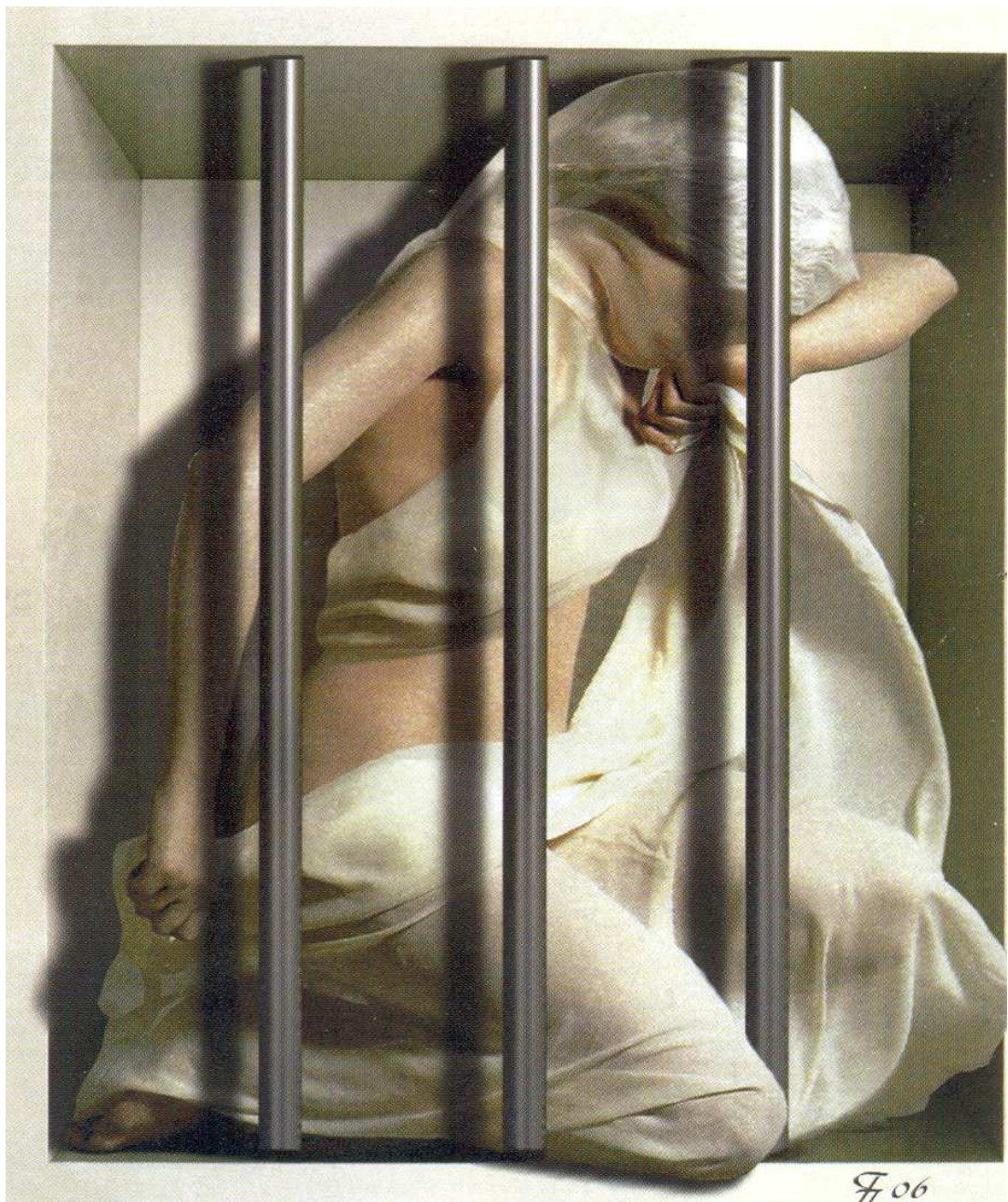
Le donne del gruppo mi hanno scritto delle lettere bellissime che sono il risultato commovente e meraviglioso del nostro lavoro insieme, dico 'nostro' perché, proprio per la legge del 'chi aiuta chi?' so che loro mi hanno ridato un pezzo della mia vita, perché attraverso loro ho potuto aprire un'altra porta che mi consentirà di continuare il percorso della mia anima, con un nuovo sentire ed una nuova crescita, perché credo che la vita sia fatta di stadi, ed anche se ci sono momenti d'arresto, vale la pena di sedersi in silenzio ed ascoltare il prossimo sussurro.

La cosa che porterò sempre nel mio cuore, è la tenerezza dei loro occhi, il silenzio con cui pure si esprimevano, le carezze mai date e mai avute che adesso elargivano come a dover accarezzare l'emozione stessa e l'anima delle loro madri, e i pianti di disperazione perché non erano riconosciute più.

Ho pensato a come si sono sentite perse senza più radice, o meglio senza più protezione, che è una delle funzioni della Madre, funzione che è spesso rappresentata simbolicamente dal calice che custodisce, nutre, avvolge e protegge, nel bene e nel male.

E ho riflettuto su come l'universo ha sussurrato loro, attraverso i Fiori, e con il mio aiuto, il nuovo cammino verso la rinascita dagli inferi della sofferenza.





Le nostre strutture culturali sociali e psichiche, consce e inconscie, ci possono ingabbiare, pur restando invisibili.

E un velo impercettibile scende, rendendoci ciechi.



## **Esperienze pratiche con caregiver**

Dalla fine di ottobre 2008 a marzo 2009 ho seguito un gruppo di volontari, tutti famigliari di persone anziane affette da Alzheimer o altri tipi di Demenza. L'esperienza si è svolta in collaborazione con l'Associazione "G. P. Vecchi" di Modena che segue questo tipo di malati, ponendo particolare attenzione anche al coinvolgimento e alle problematiche delle famiglie.

Il percorso si è svolto in modo individuale, vi è stato un colloquio iniziale, cui sono seguiti quattro incontri a distanza di circa 20 giorni uno dall'altro, ed infine un incontro conclusivo durante il quale la persona mi ha consegnato una lettera, nella quale era riassunto il percorso fatto, secondo il suo punto di vista.

Sono state seguite in tal modo sei persone, tutte donne, e con ognuna di loro sono riuscita ad instaurare un rapporto di ascolto e sostegno che non esito a definire reciproco, perché se è pur vero che a me spettava il ruolo di 'curatrice', nel contempo tale esperienza mi ha a mia volta fatto sentire più forte, arricchita da queste relazioni di mutua fiducia.

Vorrei riportare qui alcuni di questi casi.

## **Il caso di Pierangela (CP)**

Pierangela, psicologa di 54 anni, senza figli, una sorella di 74 anni, si occupa della madre di 92 anni affetta di Alzheimer da otto anni.

Nel nostro primo colloquio, mi colpiscono in particolare alcune sue frasi:

“Ho due mamme a cui devo rispondere e dare spiegazioni”

“...la paura più grande è del dopo la morte, io cosa farò?”

“Tengo tutto nel mondo razionale...”

“Sono piena di infiammazioni, mi fa male tutto e non dormo”

“Mio marito mi aiuta, peccato che è sempre fuori per lavoro”

Da queste e altre parole capisco che i problemi principali riguardano, a livello fisico, le infiammazioni, i dolori alle spalle e l'insonnia, mentre a livello psicologico emergono le sue rigidità e paure.

Pertanto ritengo opportuno la seguente somministrazione:

- CHERRY PLUM –
- VERVAIN –
- OAK –
- OLIVE –
- ELM –
- ROCKWATER –

Il Cherry Plum per lavorare sulle paure trattenute, a cui aggiungo il Vervain per le infiammazioni, probabilmente provocate dalle stesse paure. Oak e Olive dovranno servire invece per aiutare a sostenere la difficile situazione; avevo infatti notato sin dal suo ingresso una postura in cui le spalle risultavano ricurve, segno di un affaticamento fisico ma anche psicologico. Elm e Rock Water, con la loro azione combinata tra contenere maggiormente ed essere meno rigidi, devono invece permettere a Pierangela di far fronte al carico di responsabilità attraverso non di un'imposizione, ma più attraverso un atto di accoglimento morbido.

Negli incontri successivi emerge che il primo e più immediato beneficio è stata la capacità di dormire (fino a 12 ore di seguito) come non avveniva più da anni; si è avuto anche un progressivo miglioramento dei dolori infiammatori e alle spalle. Mi dice di avvertire con maggior forza le proprie emozioni, arrivando anche a rifiutare alcune situazioni, come non avrebbe osato fare prima. Nei confronti della madre stava sviluppando, oltre al progetto di cura, anche l'accettazione dell'inevitabile fine, ossia della sua morte. Pierangela sta cioè sperimentando la possibilità di non subire passivamente la pesante situazione emotiva, ma di parteciparvi in modo più attivo e consapevole.

Mi dice tra l'altro:

“Durante gli incontri il mondo emozionale mi ha parlato, la morte è un evento, mi ascolto di più e ho anche pianto.”

“Tutti mi considerano una ribelle, ma adesso non mi interessa la non comprensione degli altri.”

“Mi sono accorta che si è ‘scaravoltato’ il mondo: non ero vittima, ma accusatrice.”

“Ho capito anche di avere un intuito.”

In base ai progressi e al suo nuovo sentire, ho via via modificato la composizione dei Fiori per Pierangela, togliendo nel tempo Cherry Plum, Oak e Olive, aggiungendo invece Centaury (per la capacità anche di rifiutare), Pine (per vincere i sensi di colpa) e Red Chestnut (per non identificarsi completamente nella madre malata).

Nell'ultimo incontro, ho modificato ulteriormente la composizione aggiungendo White Chestnut (per uscire dai pensieri circolari sui sensi di colpa), Mimulus e Larch (per rafforzarla).

Nella lettera che mi ha consegnato (presente negli Allegati), ha scritto come risposta ai miei *suggerimenti di Fiori*:

“Adesso, non c'è più una bambina che “vuole” qualcosa senza ascoltare ragioni di diniego, ma qualcuno con la capacità di immaginare una risposta negativa.”

“Non c’è più una vita vissuta come statica (dunque, indistruttibile), dove il cambiamento è percepito come una catastrofe, ma una vita capita come un rinnovamento, come una nascita che avviene attraverso il dolore.”

Pierangela mi ha chiesto di proseguire il percorso anche oltre il progetto dell’Associazione, quindi attualmente continuano i nostri incontri e la somministrazione dei Fiori.

Attraverso il percorso con Pierangela e le altre donne *caregiver*, mi sono resa conto di quanto ognuno di noi, attraverso il proprio vissuto emozionale, possa interagire col mondo emozionale dell’altro. Vi è infatti un rimando continuo di immagini e situazioni; ad un livello inferiore attraverso l’ascolto e la parola, sul piano superiore attraverso il sussurro dell’anima.

Cosa ha fatto sì che funzionasse in questo caso?

Tenendo presente che Pierangela è una psicologa, quindi è in possesso di importanti strumenti di analisi che sicuramente aveva già messo in campo, cosa ha trovato in più grazie ai Fiori? Forse un diverso contatto col proprio mondo emozionale, sussurrato di volta in volta?

E attraverso Pierangela e il suo mondo emozionale, cosa ho potuto capire di me stessa? Oltre alla tecnica e alle conoscenze imparate al Corso Triennale, cosa mi ha aiutato nell’individuare i Fiori più adatti per lei? Mi sono accorta che spesso le mie scelte non erano dettate solo da considerazioni razionali, ma da una sorta di empatia che mi metteva contemporaneamente in contatto con il mondo di Pierangela (o delle altre donne che ho seguito) e quello dei Fiori.

## **Il caso di Roberta (RR)**

Roberta, 47 anni, separata con due figli, ha due sorelle con le quali condivide i problemi relativi alla malattia della mamma, affetta da demenza di Alzheimer da quattro anni. Il padre è morto due anni prima che la mamma si ammalasse.

Il suo aspetto è gioioso: capelli ricci biondi, sorriso che sembra dire "va tutto bene"; è come se dicesse: "sono qui e non so perché" (AGRIMONY).

Iniziamo il primo colloquio tenendo presenti le risposte emerse dal test fatto prima con Graziano.

Mi dice che la malattia della mamma non è un problema tranne che per tutti gli aspetti burocratici e che non ha cambiato la sua vita sociale, tanto meno quella lavorativa; ma emergono il conflitto e i sensi di colpa (PINE), ed il lutto del suo divorzio, che non è stato del tutto elaborato (WALNUT).

Ogni tanto pensa al marito (HONEYSUCKLE), e non va tanto d'accordo con i due figli, soprattutto con la femmina.

Mi dice che la vita è ingiusta, perché lei si deve prendere cura di sua madre "quando lei per me non c'è stata mai! Non ho mai potuto contare su di lei!".

Avverto un senso di rancore (WILLOW) dato da un vecchio trauma vissuto (STAR OF BETHLEEM).

Sto prendendo degli appunti mentre lei parla, ma la sua voce imperativa mi interrompe: "puoi smettere di scrivere, e ascoltarmi!" (HEATHER).

Dopo un po' chiudiamo la sessione, per rivederci dopo venti giorni.

Fiori: STAR OF BETHLEEM, WILLOW, HONEYSUCKLE, PINE, HEATHER, CENTAURY, WALNUT.

I nostri incontri si susseguono a distanza di circa venti giorni.

Emergono la rabbia, la non accettazione degli eventi relativi ai vari episodi della sua vita, l'anaffettività vissuta da piccola, che ancora non la fa riconoscere nel ruolo che ricopre e nel luogo dove si trova, quali che siano.

Una delle frasi più belle e vere, dove ho percepito il sussurro che saliva dalla sua parte più profonda: “quando vedo mia madre provo una grande pena, ma forse è la pena che provo per me stessa”.

Penso che sia stato questo il momento in cui lei ha imparato a “capovolgere i suoi pensieri” (vedi lettera allegata) e ad entrare nell’accettazione degli eventi, anche se inizialmente l’ha fatto in punta di piedi, nel muoversi, per paura, ma “facendo molto chiasso” per esorcizzare la paura di non essere vista. Come dice lei stessa: “sono una persona chiasmata, impossibile non vedermi”.

Che cosa mi ha sussurrato Roberta? : sono arrabbiata perché nessuno mi vuole, nemmeno mia madre (HOLLY, STAR OF BETHLEHEM), però mi sento in colpa perché creo delle situazioni poco simpatiche con gli altri (PINE, CENTAURY); questo nasce dalla mia scarsa fiducia in me stessa e dalla paura di non meritarmi niente (LARCH), e per questo faccio sempre molto “chiasso” e mi irrigidisco sulle mie idee per prendere una posizione, assumere un ruolo (ROCK WATER, HEATHER), ma tutto questo non sempre riesco a controllarlo e mi porta via tanta energia, per cui molte volte sono stanca (CHERRY PLUM, ELM).

La ‘bellezza’ di questo incontro non è in quello che si dice, ma in quello che non si dice, in quello che le nostre anime si sussurrano, in uno spazio non visibile dove una bambina (io?, lei?) chiede alla sua parte adulta un ruolo.

O lo pretende?



## **Il caso di Pierpaola (FP)**

Pierpaola ha 58 anni, è laureata, casalinga per motivi familiari.

Alta 1,65, capelli neri a caschetto, trucco leggero.

Entra nello studio subito dopo essere passata alla prima fase, quella dei test (eseguita da Graziano).

Ha un'aria tra l'imbarazzo e il dispiacere, l'espressione del viso è sul depresso triste, l'aspetto è curato e sobrio.

“Dal 2007 mi occupo di mia madre, malata di Alzheimer. La mia vita è cambiata, la mia vita sociale non esiste più, evito di far venire i miei amici in casa per non disturbare mia madre (e qui un leggero imbarazzo le appare sul viso), penso sempre a lei e ho paura che non mi riconosca più.

Le preparo una miscela con: Red Chestnut, Chicory, Pine, Walnut, Willow, Olive, White Chestnut.

Dopo 20 giorni ci rivediamo.

Mi riferisce che ha sognato molto e che ha scritto i sogni, che le sono apparsi molto esplicativi.

“Pensavo di poter controllare tutto, anche le mie emozioni, i miei malumori, e il senso di colpa verso mia sorella. La rabbia che in fondo ho è solo paura di non riuscire ad accettare i cambiamenti e la preoccupazione di non riuscire a contenere tutto e controllare ogni cosa.

Mia madre non mi riconosce e questo aumenta la mia disperazione.

I Fiori: Red Chestnut, Chicory, Pine, Olive, Centaury, Elm, Gorse.

Passano 20 giorni e ci rivediamo.

La nuova miscela le ha causato palpitazioni, sostiene, “ma ho seguito il tuo consiglio, non ho smesso, ho solo ridotto la frequenza (da 4 a 2 volte al giorno) “

“Accetto la malattia di mia madre non più solo nella mente ma anche nelle emozioni come evento di vita, e quando non mi riconosce cerco di fare con lei dei giochi che lei faceva con me da bambina, non mi sento più sola in questo modo, e accetto anche il comportamento di mio marito senza più pretendere niente”.

Modifico la miscela: Pine, Olive, Centaury, Elm, Larch, Heather, Star, Rock Water.

Ultimo incontro.

“Mia madre è da mia sorella, ma non è più un’angoscia come lo era prima, ci parliamo in modo tranquillo; sento mia madre serena e questo mi basta.

Sono uscita dalla gabbia in cui mi ero chiusa.

Riesco a gestire tutto in modo tranquillo, faccio venire i miei amici a casa”.

“P.S. Mi sono iscritta ad un corso di danza del ventre!”.

Un’ultima miscela (la sperimentazione è terminata): Pine, Olive, Centaury, Larch, Heather, Chicory.

## Conclusioni

Arrivata alla fine di questo meraviglioso viaggio ho capito che sono le nostre intuizioni e le nostre esperienze ed un approccio semplice e umile al nostro lavoro a permetterci di avere la meraviglia negli occhi come se fosse sempre la prima volta, e non importa quale sia il risultato.

Quando ci confrontiamo con un'altra persona incontriamo un altro mondo (che a volte abbiamo la presunzione e l'arroganza di conoscere) con le sue ricchezze ed esperienze: sono due mondi che si incontrano e che comunicano con consapevolezze diverse, attivando canali propri.

I Rimedi Floreali sono dei compagni di viaggio fondamentali, che mi hanno fatto capire che  $1 + 1$  non è uguale a 2, ma  $1+1 = 3$ .

Intorno a noi c'è il grande mistero della guarigione, che si attiva solo se noi vogliamo: pensate alla grandezza e meraviglia di questo mistero, che si attiva quando abbiamo un assoluto bisogno di ritrovare il cammino e tornare "a casa".

Vorrei aggiungere come, grazie a questo cammino, ho sentito via via maturare in me anche un convincimento profondo: ognuno di noi, per piccolo che sia, può mettersi in ascolto dell'Universo.

Spesso però questa capacità di ascolto, che possediamo tutti, è inibita da una 'cristallizzazione' delle nostre strutture profonde. Possiamo allora credere di non dover ascoltare più niente e nessuno, o al contrario di non esserne capaci, o averne paura; possiamo rifugiarci in mondi illusori che ci rassicurino con certezze condivise dalla società, che ci mettano così al riparo dai giudizi e ci facciano sentire accettati.

In ogni caso, questa 'cristallizzazione' ci impedisce di sintonizzarci sul ritmo della vibrazione universale, entro la quale siamo tutti immersi, poiché siamo in fondo una cosa sola con esso.

*“Le cose sono in relazione l'una con l'altra e alcune sono comprese in altre e queste ancora in altre, in modo che tutto l'universo è una sola, vasta cosa.”*

Ernesto Cardenal

Se tutto è parte dello stesso Universo, nulla può essere insignificante perché ogni più piccola parte della materia ed ogni mondo (minerale, vegetale e animale) è connesso contemporaneamente con tutti gli altri.

*“Motivi potentissimi e quasi sempre segreti sono all'origine di mille particolari che compongono la bellezza brulicante dell'Universo. Una singolarità può sembrarci gratuita, ma la sua forza espressiva nasconde sempre delle radici.”*

Jean Cocteau

Nel grande libro della vita, forse non occuperemo un intero capitolo, ma sicuramente almeno una pagina sta aspettando di essere scritta da ognuno di noi.

## Frase e citazioni per riflettere



*Il mistero della vita non è un problema da risolvere, ma una realtà da sperimentare*

Van Dallien

L'asse madre-figlia ed il patto di mutuo soccorso

La cura che gestisce il tempo e le donne padrone del tempo

L'esercizio della cura ed il senso del vivere

La malattia dell'anziano e la relazione tra le generazioni

L'orgoglio di sacrificarsi ed essere di sostegno

L'ipertrofia del codice materno

L'incontro tra il gesto e la parola

La parola femminile

I Fiori sussurrati ed i Fiori urlati

Che cosa ho ascoltato e che cosa ho bisbigliato

Chi si prenderà cura del caregiver ?

*La malattia è il grido dell'anima offesa*

Peter Alternberg

*Date al dolore la parola,  
il dolore che non parla  
sussurra al cuore oppresso  
e gli dice di spezzarsi!*

William Shakespeare

*So che è un segreto  
perché lo sento sussurrare dappertutto*

William Congreve

*Tutta la natura sussurra i suoi segreti a noi attraverso i suoi suoni.  
I suoni che erano precedentemente incomprensibili alla nostra anima,  
ora si trasformano nella lingua espressiva della natura*

Rudolf Steiner

## Lettere come essenze di un percorso



*La vita continua a fluire in un percorso inesorabile*

Lu

(per Annaluisa)

1. Lettera di Pierangela (CP)
2. Lettera di Morena (MG)
3. Lettera di Stella (SG)
4. Lettera di Roberta (RR)
5. Lettera di Pierpaola (FP)
6. Lettera di Chicca (FA)

### **Il racconto di un'esperienza con i Fiori di Bach**

Ho iniziato ad assumere i Fiori di Bach il giorno 13 novembre 2008 a motivo di una grande paura che mi assaliva quando la condizione in cui versa mia madre (92 anni, ictus otto anni fa con esito di emiparesi destra, affetta da demenza vascolare, allettata, alimentata tramite PEG) mi faceva baluginare l'evento della sua dipartita. La paura era, di fatto, il terrore di non riuscire a reggere il dolore della sua scomparsa. I miei pensieri erano: *<non posso immaginare di vivere senza di lei, soffrirò moltissimo, e questo dolore sarà così grande che mi sommergerà ed io non ne uscirò...>*

Mi sembra che sia trascorso moltissimo tempo da quel 13 novembre, forse a motivo di alcuni cambiamenti, a volte sottili eppure intensi, accaduti alla mia persona. Cercherò di esplorarne i contorni, riferendo ciò che adesso sono e che prima non ero.

In ordine di tempo, il primo accadimento intervenuto è stato del tutto inaspettato: un benefico rilassamento di tutto il corpo che ha provocato, circa cinque giorni dopo la prima assunzione di gocce, un profondo sonno notturno con un risveglio in tarda mattinata; tale circostanza non si verificava da anni. Non so chiarirmi se questo è stato l'unico effetto oppure se la tranquillità così percepita mi ha poi consentito di meglio ragionare su ciò che sta accadendo nella mia vita ...

Tale condizione di rilassamento e di conseguente riposo perdura, comunque, tuttora.

E' notevolmente diminuito, inoltre, un fastidioso dolore alle spalle che avverto da alcuni anni.

Riscontro, invece, un'aumentata capacità di vivere emozioni (come piangere, ma anche riuscire ad accettare circostanze gradevoli).

Ritengo, tuttavia, che la cosa più importante accadutami sia il cambiamento della dimensione dell'emozione che accompagna il pensare alla morte di mia madre: c'è ancora il medesimo tipo di dolore ma lo percepisco quantitativamente inferiore. Intendo dire che, adesso, immagino di riuscire a contenerlo: non lo vedo più come un fiume in piena che può travolgermi poiché, sebbene fortemente percettibile, lo avverto sopportabile.

Penso che questo cambiamento nella mia percezione del dolore sia avvenuto quando, con la mente e con il cuore, ho compreso quanto già mi sentivo dire da persone che cercavano in qualche modo di consolarmi, ossia che la morte fa parte della vita e che occorre rassegnarsi a tale condizione umana.

In altre parole, credo di avere scoperto un significato della morte per me nuovo (diverso da quello di perdita della persona alla quale voglio bene e della conseguente estrema paura provocata da tale cambiamento): ho compreso che mia madre, proprio per il bene che mi ha voluto e che mi vuole, mi sta regalando l'opportunità di compiere un ulteriore passo nella mia crescita personale.



In altre parole, riuscendo ad accettare che lei non stia con me per sempre, tutto si ridimensiona... il dolore della separazione, ma anche altro. Adesso, non c'è più una bambina che "vuole" qualcosa senza ascoltare ragioni di diniego, ma qualcuno con la capacità di immaginare una risposta negativa. Non c'è più il vivere in una condizione irrealistica, da fiaba, dove "tutti vissero (felici e contenti) per sempre", ma la capacità di ammettere un epilogo poiché esiste una trama. Non c'è più una vita vissuta come statica (dunque, indistruttibile), dove il cambiamento è percepito come una catastrofe, ma una vita capita come un rinnovamento, come una nascita che avviene attraverso il dolore.

Ciò che ancora avverto è un bisogno di lavorare su di me affinché emerga l'esatta entità di me stessa, poiché questo sento essere il compito che mi riguarda.

Concludo quindi con un "grazie" ai facilitatori di questi miei cambiamenti: senza di voi non potrei, oggi, vivere al meglio l'esito (più o meno prossimo) della malattia di mia madre.

Rivolgo un "grazie" anche all'Associazione G.P. Vecchi che ha reso possibile questa esperienza.

Modena, 13 dicembre 2008

“Quando ho iniziato questo percorso ero molto provata a livello psicologico. Avevo paura di ciò che mi avrebbe riservato il futuro, avevo molti sensi di colpa perché mi sembrava di non fare abbastanza per accudire mia madre.

Lei è affetta da Alzheimer da quattro anni e, anche se vive con mio padre, cerco di starle il più vicino possibile.

Il mio sostegno è sia per mia madre che per mio padre.

Lei ha bisogno di avermi vicino perché, anche se spesso non mi riconosce come figlia, mi identifica come una persona con la quale sta bene.

Lui ha bisogno di avermi vicino per non sentirsi solo e perché gli devo ricordare che sta facendo tutto ciò che è umanamente possibile.

Questo sostegno che devo e voglio dare loro è causa, appunto, di sensi di colpa. Sensi di colpa verso i miei genitori perché devo sempre essere presente, ma non sempre ci riesco e sensi di colpa verso me stessa e mio marito perché togliere spazio a noi due significa non vivere bene il nostro matrimonio.

Ho iniziato, quindi, un percorso di floriterapia che piano piano mi ha aiutato a superare questi sensi di colpa.

Oltre a questi, ho superato anche il senso di inadeguatezza, di ansia, di eccessiva preoccupazione che nuttivo sempre nei confronti dei miei genitori.

Più si procedeva con la floriterapia, più la mia autostima e la mia forza di volontà aumentavano; ho iniziato a ritagliarmi spazi miei e, stando meglio con me stessa, stavo meglio con gli altri.

A mano a mano che si risolvevano i sensi di colpa, però, emergevano altre situazioni di disagio che non mi facevano stare bene.

La rabbia verso questa malattia che non ha soluzioni e contro la quale non si può fare nulla, quindi si stava facendo strada la voglia di lasciar perdere tutto, di fregarmene anche dei miei genitori.

Anche in questo caso l'intervento della floriterapia è stato efficace; riesco a tollerare meglio questo senso di impotenza che, ogni tanto, si impossessa di me.

Sto vivendo meglio tutta la situazione, sono più tranquilla, meno in ansia e più disponibile verso gli altri e verso i miei genitori.

Cerco di non essere presente ad ogni costo, ma di esserci sempre quando hanno bisogno; accetto gli imprevisti che la vita, in generale, e l'Alzheimer, in particolare, mi presentano.

Provo a non fare troppi progetti a lunga scadenza, ma, nel caso non vadano a buon fine ... pazienza.

Il bicchiere non è mai mezzo vuoto e la vita vale sempre la pena di essere vissuta”.

“Sono una socia della G.P.Vecchi e avendo aderito al progetto dei fiori di Bach come aiuto quotidiano nell’assistere una persona ammalata di demenza senile, ho trovato un validissimo aiuto.

Quando ho iniziato il programma il mio umore era pessimo e non riuscivo a vedere uno spiraglio di luce, ora in pochissimi mesi sono notevolmente migliorata, meno ansiosa e più serena sia nei confronti della malattia sia nella vita in quanto i fiori mi hanno aiutato a vedere la vita un po’ più rosea.

Quindi concludo ringraziando vivamente sia l’associazione Vecchi ma soprattutto chi ha portato in essa questo progetto.

Con infinita gratitudine.

Stella”

“Bene, ora che l’esperienza con l’Associazione si è conclusa, ho deciso di proseguire il cammino con i Fiori di Bach autonomamente, sempre con l’aiuto di Luisa poiché ho capito che non sono troppo brava nell’auto-diagnosi; o meglio... non voglio esserlo cioè non voglio imparare e ricordare quale fiore e quindi quale rimedio per affrontare un problema; e lasciare ad altri questa responsabilità... forse è anche un modo per coccolarsi un poco...

Confermo quanto precedentemente scritto. Non c’è molto da aggiungere.

Ho intrapreso una strada, penso che mi serva e intendo proseguirla. Mi auguro di riuscire davvero a cambiare alcuni aspetti di me che non mi soddisfano e mi creano anche qualche problema nell’affrontare le varie questioni e anche di relazione con le persone.

Per quel che riguarda la malattia di mia madre, nello specifico, questo percorso mi ha portato al suo riconoscimento come malattia in quanto tale, e anche alla sua accettazione. Per me non è mai semplice adattarmi ad una situazione che sento ingiusta per gli altri e per me.

E nella malattia non c’è proprio proprio nulla né di giusto né di meritato.

Ma acquisire la consapevolezza dell’accettazione e della rassegnazione rende tutto un po’ meno doloroso, fosse solo a momenti, e mi dà la sensazione che quello che faccio sia giusto e, in fondo, sia l’unica cosa da fare....

Anche se, per essere obbiettivi, bisogna dire che molto merito in questo l’ha avuta il gruppo di auto-mutuo-aiuto che frequento e che davvero è importante.

Anche perché la rabbia rimane, ed è tanta... veramente tanta....

E’ davvero triste e doloroso vedere il proprio familiare che diventa qualcuno che non si riconosce più dentro ad un involucro che rimane caro, e questo giorno per giorno; allora accettare il pensiero che tutto questo è una malattia e null’altro che una malattia mi pare un balsamo necessario per affrontare questa situazione. Sembra davvero così semplice a dirlo e ancora di più a scriverlo. Invece è un percorso dentro sé stessi e dentro i propri sentimenti che non è così scontato. Bisogna imparare a capovolgere i pensieri, a sovrapporre quelli volontariamente pensati ad altri più angoscianti; bisogna imparare a ridere di quello che invece ci fa solo urlare e piangere.

Mica facile....

In questo guardarsi dentro, in questo attivarsi supinamente la malattia io penso siano stati utili - e tutt’ora lo siano - anche questi rimedi.

Predisponendosi ad ascoltare la nostra parte interiore si riconoscono i pensieri cattivi ma nello stesso tempo si accetta che ci siano e si capisce che sono ‘normali’ e non unici, cioè non ci sono solo pensieri cattivi e nemmeno siamo gli unici ad averli.

Ho notato che quando si inizia ad assumere un fiore se ne sente molto la necessità, anche più delle 4 – 5 volte indicate da Luisa; man mano che i giorni passano se ne avverte sempre meno l’esigenza fino a limitarsi alle prescritte 4 gocce prima di dormire e 4 gocce appena svegli, o anche a.... dimenticarsene completamente.

E ho constatato che parallelamente il pensiero o la sensazione negativa si alleggeriscono e crescono gli strumenti mentali per essere più sereni.

Un'altra osservazione è che i fiori precedenti aprono la strada ai successivi. Nel senso che mentre inizialmente avvertivo una gran quantità di "cose da sistemare" poi piano piano l'aspetto o il problema da affrontare viene meglio identificato e i rimedi si focalizzano su aspetti caratteriali o problematiche meglio definiti. Così come mi diceva Luisa, e ho potuto verificarlo di persona, è come sfogliare una cipolla arrivando a quella caratteristica che influenza un po' tutto il nostro modo di essere ed il nostro mondo inteso come modalità di approccio ai problemi e alle persone.

Ed è innegabile che il continuare ad assumerli rende più veloce l'efficacia dei fiori che si aggiungono o sostituiscono ai precedenti.

A questo punto non posso fare altro che ribadire quello che affermavo anche in dicembre:

probabilmente la situazione intorno a me non è molto difforme da quella di ottobre, i problemi non sono diminuiti, ma è **la percezione** che io ho di tutto questo e di me stessa che è **diversa**, sono io che mi sento in grado di affrontare le cose e non più di rimanerne schiacciata e basta.

E anche se questa sensazione viene e va a giorni alterni, per ora sono comunque contenta di esserci arrivata, se pur non lo considero un equilibrio raggiunto, ma solo una tappa.

Roberta"

“Ringrazio l’associazione G.P.VECCHI e l’equipe medica che hanno permesso l’attuazione di questo progetto. A mio avviso è stato molto utile ed efficace, bisognerebbe continuare, i familiari dei malati hanno bisogno di questo sostegno. Io ho fatto tutto il percorso in maniera puntuale, all’inizio ero un pizzico scettica, anche se avevo informazioni sui fiori di Bach ma non ne avevo fatto uso personalmente.

Durante il percorso la continua analisi delle emozioni ha fatto emergere che non avevo superato l’ansia. Ero convinta che bastasse controllarla.

L’accettazione razionale della malattia non era sufficiente quando si presentavano problemi nuovi (es. non riconoscere la propria immagine allo specchio). La mia prima reazione era tristezza, paura, poi cercavo di reagire con notevoli sforzi.

Alla fine di questo percorso mi sento emotivamente un’altra persona.

Ho sconfitto l’ansia, mi sento più forte, ho più fiducia nelle mie capacità. Affronto giorno per giorno con spirito più leggero le difficoltà che si presentano..

So che questa è una malattia devastante, cerco di cogliere i sorrisi e l’affetto che ancora mi regala mia madre.

Il mio stato d’animo si riflette su di lei che riesce a mantenere un comportamento sereno e allegro.

Questo ora mi basta.

Un grazie all’ing. Nicoli e a STELLA<sup>1</sup>

F.P.”

---

<sup>1</sup> Con questo interessante lapsus F.P. si riferisce a Luisa

**Lettera di Chicca (FA)**

**23/12/2008**

“MENO APPRENSIONE

MENO AGITAZIONE

+ TRANQUILLITA' MENTALE”



## Bibliografia

- Edward Bach “*Opere complete*” – Macro Edizioni (2002)
- L. Cappello F. Piterà “*I Nosodi di Bach e Paterson*”, ed. Nova Scripta (2007)
- Julian Barnard- “*Fiori di Bach – Forma e Funzione*”, ed. Tecniche Nuove
- Philip M. Chancellor- “*I Fiori di Bach*”, ed. L’Altra Medicina
- Ricardo Orozco – “*Manuale per L’applicazione locale dei Fiori di Bach*”, ed. Centro di Benessere Psicofisico (2003)
- Mechthild Scheffer – “*Il Grande Libro dei Fiori di Bach,*”, ed. Corbaccio
- Nora Weeks – “*La vita e le scoperte di Edward Bach*”, ed. Guna
- Maria Antonietta Bàlzola – “*I fiori della mente*”, ed. Bollati Boringhieri
- Maria Luisa Pastorino – “*Introduzione ai Rimedi Floreali di Bach*”, IPSA Editore
- Marcella Saponaro - “*Floriterapia al femminile*”, ed. Tecniche Nuove (2006)
- Thorwald Dethlefsen – “*Malattia e destino*”, ed. Mediterranee (1998)
- Giuseppina Tripodi con Rita Levi-Montalcini - “*La clessidra della vita*”, ed. Baldini Castoldi Dalai (2008)
- Albert Einstein – “*Come io vedo il mondo*”, ed. Newton
- C.G.Jung – “*Ricordi, sogni e riflessioni*”, ed. BUR
- Covington & Wharton - “*Sabine Spilrein, Jung e dintorni*”, ed. Vivarium
- Roberto Sicuteri – “*Astrologia e Mito*”, ed. Astrolabio
- M.L.Von Franz – “*Il femminile nelle fiabe*”, ed. Bollati Boringhieri

## Ringraziamenti

Al termine di questo mio percorso triennale desidero esprimere la mia riconoscenza a tutte le Insegnanti della Scuola per tutto quello che hanno saputo darmi e per come hanno saputo trasmettermelo.

Un grazie particolare alla mia tutor Patrizia Roberti per i suoi preziosi consigli, e alla Dott.ssa Marisa Raggio per avermi seguito con i Fiori.

Un grazie di cuore al mio compagno di viaggio e di viaggi, Graziano Nicoli, per avermi tenuto sveglia in treno sopportando tutte le mie domande e i miei perché; un grazie soprattutto per avermi ascoltato e dato suggerimenti che mi hanno riportato con i piedi per terra.

Con lui ho condiviso il bellissimo lavoro con i caregiver di malati di Alzheimer, dove lui ha portato avanti tutta la parte ‘tecnica’ di misurazione di risultati.

Ringrazio la mia cara amica Maristella, senza la quale non sarebbe stata possibile la stesura di questa tesi con un senso logico perché io ho la capacità di rendere tutto ermetico e poco scorrevole.

Con grande affetto e di cuore un grazie alle donne che hanno deciso di condividere con me il percorso con i Fiori, per i dubbi e le ansie che mi hanno sussurrato.

Grazie ai miei compagni di classe con cui ho condiviso momenti di Beech, Holly, Vervain, Rock Water, ecc., momenti di gioia e di fatica grazie ai quali ho compreso il gruppo e l'avventura.

Fatiche, dubbi, errori, e momenti difficili mi hanno dato la sensibilità e la capacità di capire di più.

Un ringraziamento speciale e profondo al Dr. Edward Bach, che ci ha presi tutti per mano in questa danza floreale, e alla sua collaboratrice Nora Weeks che per noi ha salvato e tramandato i suoi scritti.

E forse dovrei ringraziare tutte le persone che mi hanno portato su questa via, iniziando dalla mia amica Rosy ...