



I FIORI DI BACH E LE EMOZIONI

VERA PAOLA TERMALI



I fiori, se conservati nelle loro boccettine, scadono?

Essendo classificati come alimenti, essi riportano una data di scadenza. Sappiamo però che il miglior conservante è l'alcool e i Fiori sono conservati in brandy. Peraltro al Bach Centre si conservano ancora le preparazioni fatte negli anni trenta dal Dottor Bach in persona e "funzionano" ancora. Se ragioniamo poi, dobbiamo chiederci cosa dovrebbe andare "a male". I rimedi del Dr. Bach non contengono altro che informazioni che non possono decadere o modificare la propria composizione che non è materiale. La materia decade, l'informazione no. Possono evaporare se non si chiude bene il boccettino.

Esiste un testo di riferimento da consigliare?

Potete scaricare gratuitamente dal sito www.bachitalia.it il testo "I dodici guaritori e altri rimedi" che contiene le definizioni originali del Dr. Bach.

Inoltre potete comprare "Guarire con i fiori di Bach. Guida pratica alla floriterapia" di Judy Howard, John Ramsell, e al. Ed. Tecniche Nuove. L'autrice è la fiduciaria della Fondazione Bach, cosa che garantisce l'originalità del metodo, basata sul colloquio. Nel metodo originale non si usano altri metodi di individuazione del rimedio necessario, come il pendolo o il test kinesiologico. L'intento del Dottore era infatti che ognuno potesse sceglierli per sé e per i propri cari.

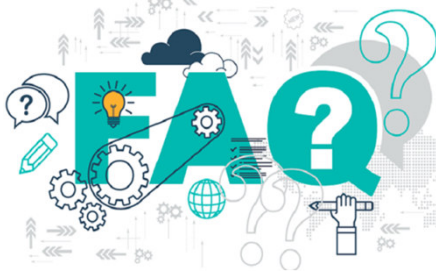
I rimedi possono far male?

Non ci sono evidenze né testimonianze che possano far male e i rimedi hanno ormai più di ottant'anni. Sono innocui per umani, animali e piante. Sono compatibili con qualsiasi farmaco una persona stia assumendo, perché non lavorano sulla malattia e quindi sulla biochimica del corpo, ma sulle emozioni che prova quella determinata persona in quel determinato momento della sua vita.

Il metodo del pescaggio può essere utile lo stesso?

Se si intende la scelta istintiva, noi del metodo originale non la sosteniamo e le spiego perché. I Fiori di Bach possono essere un percorso evolutivo verso la conoscenza di sé, se la persona non si accontenta del sollievo immediato che ne trae. Confrontarsi con un consulente porta a sviscerare le cose, a dar loro il giusto nome, a togliere tutto ciò che è superfluo per arrivare all'essenza dell'emozione che si prova. I Fiori stessi apriranno la via ad un approfondimento delle tematiche emerse e trattate, aiutando la persona, strato dopo strato, ad arrivare alla comprensione della matrice del suo star male, così come a poco a poco si pela una cipolla. Per far questo, affidarsi al caso, al presunto legame energetico con l'inconscio, non è per noi una tecnica validabile.





I FIORI DI BACH E LE EMOZIONI

VERA PAOLA TERMALI



Possibile avere un fiore per il sentirsi sospesi

Ci sono molte ragioni che possono farci sentire “sospesi” in questo periodo. Riguardi le slide, perché questa era l’analisi e il motivo del mio intervento: offrire una palette di cause possibili, affinché ognuno possa riconoscere il suo sentire.

Quanto tempo passa dalla assunzione prima di vedere gli effetti?

A volte 20 secondi, a volte due-tre settimane o anche di più. Velocissimamente funzionano quando siamo in una situazione di emergenza (ricordi l’esempio del Rescue Remedy). Più lentamente quando vogliamo trattare una situazione incancrenita, vecchia di anni, che abbiamo magari ricoperto di presunta razionalità e della quale facciamo fatica a far emergere le vere cause. Dovremo avere la pazienza per lasciare che i Fiori sbuccino la cipolla. In ogni caso i tempi di risposta variano da persona a persona.

Si può consigliare dove trovare i fiori per acquistarli?

Per acquistare un set completo, contenente i 38 Fiori e due boccettini di Rescue Remedy, conviene cercare in rete. Per l’uso familiare bastano boccettini di concentrato da 10 ml. Un buon prezzo è fra i 150 e i 200 Euro. La marca è sostanzialmente indifferente. Ci sono anche buone aziende italiane. Occorrerà poi dotarsi di flaconcini con pipetta da 30 ml, che si acquistano in farmacia, nei quali si metterà un cucchiaino di brandy come conservante o di più, a piacere; si riempirà di acqua naturale e si metteranno due gocce di ogni rimedio concentrato che abbiamo scelto.

Si possono assumere più rimedi insieme o meglio uno per volta?

Mediamente se ne mettono fino a sei, ma il Dottor Bach una volta ne mise 9 in uno stesso mix. Si mettono quelli che servono. Meglio si conoscono i Fiori e più si conoscono gli esseri umani, meglio si sapranno scegliere e meglio funzionerà il mix.

Da questo boccettino da trattamento se ne assumeranno 4 gocce direttamente in bocca o in un po’ di liquido almeno 4 volte al giorno.

Quale fiore è più adatto per paura e confinamento?

Senza interlocutore non posso rispondere alla domanda. Riguardi la slide sui diversi fiori della paura.





I FIORI DI BACH E LE EMOZIONI

VERA PAOLA TERMALI



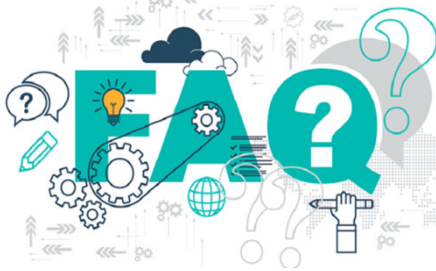
Quale fiore può essere utile per una persona che ha avuto covid in forma grave dopo alcuni mesi e si sente come dentro ad una bolla?

Quale fiore può essere utile per una persona che ha avuto covid in forma grave dopo alcuni mesi e si sente come dentro ad una bolla?.

Vorrei capire, se l'assunzione e la scelta del tipo di fiore deriva dalla conoscenza di se e delle proprie emozioni...come avviene la scelta per i bambini e ragazzi che ovviamente ancora non possono auto curarsi ma è demandato ai genitori?

Sì, la scelta è basata sulle emozioni che la persona riconosce in sé o riporta al consulente. Già dalla scuola elementare i bambini sanno dire cosa provano o perlomeno come si comportano in determinate situazioni. Le definizioni del Dr. Bach (che può scaricare dal sito bachitalia.it) sono impostate su tre livelli: pensare, sentire e comportarsi e offrono così al consulente la possibilità di arrivare alla verità del bambino, per esempio facendo esempi di vita quotidiana. In mancanza di questa capacità di entrare in contatto diretto col bambino o nel caso di neonati ci si dovrà accontentare di quello che dicono i genitori che però spesso non riescono a scindere ciò che è loro da ciò che è veramente del bambino. E' sempre consigliato il trattamento contemporaneo di genitore e figlio, di modo da aiutare il genitore ad abbandonare le aspettative verso il figlio e di accettarlo nella sua unicità.





OLI ESSENZIALI

FRANCESCO
MENEZZO



È possibile trattare le muffe con oli essenziali?

vanno utilizzati abbinati ad un solvente alcolico (alcool o aceto); i più efficaci potrebbero essere: timo, origano, bergamotto, limone (da soli o in miscela).

Per fare i suffumigi con oli essenziali, qual è la dose ottimale in un litro d'acqua

gli oli da 100 a 150 gocce totale vanno dispersi in un cucchiaino di sodio bicarbonato, il tutto poi va sciolto in acqua bollente e inalato. Agire con cautela nelle persone asmatiche e allergiche (in tali casi abbassare la dose ed utilizzare Menta e Pini). Dopo i suffumigi è importante bere abbondantemente durante la giornata per eliminare il muco..

L'olio di ravintsara?

chiamato anche Cinnamomum canphora : Chemiotipo Cineolo – provenienza Madagascar – foglie. Indicato nelle influenze virali di ogni tipo e nelle affezioni tipo raffreddore e sinusite. Tonicante nella fatica fisica

Uso come aromaterapia (suffumigi o inalazioni) in sinergia con tea tree oil o niaouli. Uso topico in olio di jojoba (5 gocce in 10 ml) per massaggio sul torace, sulla pianta dei piedi o lungo la colonna vertebrale (tonico)

Quale olio sarebbe più adatto per combattere i virus?

tea tree oil e ravintsara sia come diffusione che uso topico; maggiorana uso topico 5 gocce in 10, ml massaggiare la volta plantare, la parte interna dei polsi, il plesso solare, il torace

Possibile avere un testo sull'argomento?

diversi; il mio di riferimento "IL GRANDE LIBRO DELL'AROMATERAPIA E AROMACOSMESI" - Mara Bertona – Xenia





MAKKO-HO TONIFICAZIONE MERIDIANI

ANNALISA BORSI



Gli stiramenti per quanto tempo vanno fatti? Quanti per ogni esercizio? Come bisogna respirare?

Gli stiramenti durano il tempo di un respiro: inspirazione nella posizione di partenza ed espirazione nella flessione/stiramento.

E' sufficiente uno stiramento per ciascun esercizio

Il respiro deve essere normale, ma profondo. Non è necessaria alcuna pausa tra l'inspirazione e l'espirazione.

Si inizia dal primo elemento rappresentato, il "metallo" e si procede con la numerazione esposta, per finire con il "legno"

Se faccio yoga è preferibile fare gli stiramenti in conclusione o apertura?

Facendo Yoga è meglio iniziare con i Makko-ho.

Possono le persone anziane fare i movimenti seduti sulla sedia?

Le persone anziane, che hanno certamente difficoltà a mettersi a terra e rialzarsi, possono fare gli stiramenti anche seduti su una sedia, purché venga eseguito lo stiramento previsto dall'esercizio. Forse sarebbe meglio farli sul letto matrimoniale, affinché si possano eseguire con le gambe allungate.

