



IESO *Academy*

Corso quadriennale di formazione in
Naturopatia

Anno Accademico 2017 - 2018

Tesi di fine corso

QI JING BA MAI E FIORI DI BACH **Analogie tra MTC e Floriterapia**

di

Manuela Frattasio

Relatori: Angelica Visconti
Roberta Villani

E' assolutamente controproducente e nocivo per la salute costringere se stessi a seguire una via che non è adatta a noi. Una via sbagliata può riguardare qualunque ambito, tanto quello lavorativo quanto quello della coppia, quello dell'alimentazione, oppure la scelta dell'attività sportiva, ma sono sicura che ad ognuno di noi verranno in mente molti altri esempi.

L'esortazione è quella di seguire la propria vocazione e la propria via, in altre parole, il proprio Dao.

Spesso, però, specie se ce ne siamo allontanati, costa grande fatica e grande dolore.

Ci consoli, però, il pensiero che costa senza dubbio meno fatica tornare sulla via assegnataci dalla volontà divina, piuttosto che proseguire sulla via sbagliata. Nel primo caso manterremo o recupereremo la buona salute, nel secondo caso la perderemo sicuramente.

Antonella D'Alessio

E così scendiamo in questo mondo, sapendo quale quadro dobbiamo dipingere, avendo già tracciato un piano del nostro passaggio nella vita, e tutto quello che ci resta da fare è di metterlo nella sua forma materiale.

Andiamo avanti, pieni di gioia e interesse, concentrando tutta la nostra attenzione nel perfezionare quel quadro, con grandissima abilità, traducendo i nostri pensieri ed obiettivi nella vita terrena, in qualunque ambiente abbiamo scelto.

Poi, se seguiamo dall'inizio alla fine i nostri ideali, i nostri veri desideri con tutta la forza che possediamo, non c'è fallimento: la nostra vita è stata un successo splendido, sano e felice.

Edward Bach

Ringraziamenti

Con sincera gratitudine, dedico questa tesi a mia madre e a mio padre, che hanno fatto di me la donna che sono. A mia sorella, per il suo sostegno incondizionato. A Stefano, il mio compagno di vita. Ad Angelica Visconti ed Antonella D'Alessio, le mie Maestre, per gli insegnamenti, la passione e l'amore che mi hanno trasmesso in questi anni. A tutti i miei amici, colleghi ed insegnanti che in questi anni hanno creduto in me, spingendomi a dare il massimo ed a seguire il mio Dao.

Indice

Abstract	1
 PARTE PRIMA	
Cenni di Medicina Tradizionale Cinese	4
I Jing Luo Mai	9
La visione olistica della Medicina Tradizionale Cinese: lo Spirito, la Psiche ed il Soma	14
Il concetto di salute e malattia in Medicina Tradizionale Cinese	17
 PARTE SECONDA	
Cenni di Floriterapia	21
I rimedi floreali del Dottor Eduard Bach	25
La visione olistica della Floriterapia: la salute, la malattia, l'Anima e la Personalità	29
 PARTE TERZA	
Qi Jing Ba Mai: gli Otto Vasi Meridiani Meravigliosi/Straordinari	34
Fisiopatologia dei Meridiani Straordinari	37
I rimedi floreali nel trattamento delle personalità psicologiche dei Meridiani Straordinari	43
Esempio di trattamento Naturopatico con l'impiego della Floriterapia e della Medicina Tradizionale Cinese	70
 Conclusioni	 76
 Bibliografia	 78

Abstract

Lo scopo di questo testo è quello di fornire al lettore le conoscenze circa le analogie tra la Medicina Tradizionale Cinese e la Floriterapia del Dottor Eduard Bach in relazione alla funzione dei **Qi Jing Ba Mai**, gli Otto Meridiani Straordinari.

Saranno brevemente esaminati i fondamenti generali della Medicina Tradizionale Cinese e della Floriterapia, e di come entrambe le discipline condividono l'approccio olistico alla persona ed alla malattia. Saranno trattate, nello specifico, le funzioni degli Otto Meridiani Straordinari, le loro caratteristiche principali e le diverse tipologie psicologiche Du Mai, Ren Mai, Chong Mai, Dai Mai, Yin/Yang Wei Mai e Yin/Yang Qiao Mai.

Saranno inoltre evidenziate le affinità che questi presentano con alcuni dei rimedi floreali messi a punto dal Dottor Eduard Bach.

In questo contesto, Guaritori, Assistenti ed Aiuti presi in esame saranno analizzati secondo le teorie formulate dal Dottor Ricardo Orozco, studioso e sostenitore di Eduard Bach, della sua opera e delle sue tesi, che ne ha approfondito gli studi in un'ottica psicodinamica.

Orozco considera la descrizione di ciascun fiore fatta da Bach come *“una piccola fotografia istantanea che ritrae un momento, di buona qualità, ma troppo breve e statica per dare un'idea profonda e dinamica degli aspetti interiori e degli espedienti che danno vita ad una personalità e alle sue interazioni: antecedenti, idee e convinzioni, emozioni, modo di agire a determinate circostanze, etc.”*.

Ciò che Orozco approfondisce nei suoi studi sulla Floriterapia di Bach, è cosa sia accaduto ad una persona per arrivare ad essere quello che è, vale a dire una personalità Chicory, Mimulus, Vervain, Impatiens etc.,

quanto tale persona è consapevole del suo stato e come elabora tutte le informazioni in suo possesso o come si interfaccia con gli altri.

Nell'ambito dello studio della Medicina Tradizionale Cinese e della Floriterapia, è emerso che molte delle personalità floreali appena citate possiedono dei tratti in comune con le tipologie psicologiche dei Meridiani Straordinari. In questo testo ne esamineremo tutte le corrispondenze.

Capiremo come l'utilizzo, in sinergia, di entrambe le metodiche - Medicina Tradizionale Cinese e Floriterapia - nell'ambito di un trattamento Naturopatico può garantire il raggiungimento di un risultato risolutivo a livello profondo: esso consente di accompagnare il cliente nella propria crescita personale, aiutarlo ad armonizzare l'Anima e la Personalità, percorrere la propria Via e praticare, nel contempo stesso, una medicina preventiva attraverso un maggiore equilibrio interiore, rendendolo così meno incline alla malattia.

PARTE PRIMA

Cenni sulla Medicina Tradizionale Cinese

La Medicina Tradizionale Cinese si sviluppa a partire da un testo che viene considerato il più antico ed importante tra i testi in materia: lo *Huangdi Nei Jing*, il *Classico Interno dell'Imperatore Giallo*. La tradizione lo fa risalire al leggendario *Huangdi (Imperatore Giallo)* vissuto nel 2600 a.C. ma, storicamente, è databile nell'ultimo periodo della dinastia Zhou (1046 - 256 a.C.), denominato dei "Regni Combattenti" (475 - 221 a.C.).

L'opera si compone di due parti, ciascuna di 18 rotoli, il *Su Wen*, "Domande Semplici", ed il *Ling Shu*, "Perno Spirituale" ed è scritta sotto forma di dialogo tra l'Imperatore Giallo e Qi Bo, il suo medico. Ancora oggi, non esiste in campo medico autorità superiore dello *Huangdi Nei Jing* e nessun trattato della scienza medica tradizionale può dispensarsi dal farvi esplicito riferimento.

E' proprio durante il periodo degli Stati Combattenti che si vide il nascere delle Scuole Filosofiche come conseguenza dello sgretolamento del potere centrale dello Stato e della perdita dei posti di lavoro e delle ricchezze da parte di funzionari e nobili. Questi, per sopravvivere, iniziarono ad insegnare le proprie conoscenze a chiunque ne fosse interessato. Il numero di Scuole Filosofiche che si sviluppò fu di tale entità da meritarsi il titolo di "Cento Scuole", *Bai Jia*, dove l'ideogramma *Bai* sta a designare "cento", ma anche "numeroso" o "di numero rilevante".

Tra le "Cento Scuole" un posto di rilievo lo occupano la *Scuola Yin/Yang - Yin/Yang Jia* e la *Scuola Taoista - Dao Jia*. Queste due scuole rappresentano le scuole che definiscono i concetti filosofici e metafisici su cui si fonda la Medicina Tradizionale Cinese.

Il concetto Yin - Yang è molto antico ed è presente non solo nella cultura cinese ma in tutto il pensiero orientale. Si potrebbe affermare che

tutta la fisiologia, la patologia e la terapia della Medicina Tradizionale Cinese può essere ricondotta allo Yin ed allo Yang.¹ Il concetto Yin e Yang è molto semplice ma, allo stesso tempo, assai profondo. La filosofia Yin - Yang descrive la realtà bipolare del mondo in cui viviamo e tale concetto, seppur concepito più di duemila anni fa, risulta straordinariamente attuale e concorde con le teorie della fisica e dell'astrofisica moderne.

Secondo quanto formulato dalla teoria Yin - Yang, prima della nascita del mondo non esisteva la bipolarità, in quanto i due opposti erano uniti l'uno a l'altro tanto da compenetrarsi e annullarsi reciprocamente, dando vita ad un'energia unica, senza forma, senza spazio e senza tempo. A questa forma di energia così particolare viene dato il nome di Uno, Indistinto, Senza Forma, Senza Nome, Principio, Origine di Tutto. Qualunque cosa si provi a dire sull'Uno risulta inutile perché descriverlo è impossibile, quindi è vano ogni tentativo di discutere su di esso. L'Uno è infatti al di fuori della nostra capacità di comprensione.

Simbolicamente l'Uno viene descritto con un cerchio vuoto chiamato “*Wuji*”, che sta a significare “polarità (Wu) vuota (Ji)”, “non polarità”.

Ad un certo punto l'Uno si è scisso nei suoi due poli, manifestando i suoi aspetti Yin e Yang: i Soffi pesanti si sono separati dai Soffi leggeri, andando a formare gli uni la Terra, gli altri il Cielo. Il *Wuji* si è trasformato in *Taiji* - “suprema” (Tai) “polarità” (Ji) - , un cerchio bicolore suddiviso da una linea sinuosa. Ma il processo non si è fermato qui: lo Yin e lo Yang, a loro volta, si sono scissi nei loro aspetti Yin e Yang e questo ulteriore processo di differenziazione contribuisce a creare le sfaccettature del mondo in cui viviamo. Lo Yin e lo Yang rappresentano i due opposti attraverso cui può manifestarsi ogni cosa e sono, tra di loro, in rapporto di Opposizione, Complementarietà, Relatività e Reciproca Trasformazione.

¹ Giovanni Maciocia, *I fondamenti della medicina cinese*. Edra, Masson

Se riflettiamo, ci accorgiamo che la logica occidentale è basata sull'opposizione dei contrari, secondo cui due elementi contrari di una coppia non possono essere veri contemporaneamente. Il concetto cinese di Yin e Yang è radicalmente differente da questo sistema di pensiero: lo Yin e lo Yang rappresentano qualità opposte ma complementari. Ogni oggetto, o fenomeno, può essere se stesso e il suo contrario. Inoltre, lo Yin contiene il seme dello Yang e viceversa, cosicché lo Yin si può trasformare nello Yang, e viceversa.²

I termini Yin e Yang indicano dunque aspetti concreti e antitetici del tempo e dello spazio. L'ideogramma Yin rappresenta le nubi sopra la montagna, l'acqua, il freddo, l'umidità, l'ombra, la notte, la mezzanotte, l'inverno, ed è legato al concetto di inattività e di riposo. L'ideogramma Yang rappresenta il sole alto sull'orizzonte che sovrasta una montagna, il fuoco, il caldo, la siccità, la luce, il giorno, il mezzogiorno, l'estate, ed è associabile al concetto di movimento e attività. Non esistono uno stato Yin o Yang assoluti, ogni cosa o situazione ha un aspetto Yin ed un aspetto Yang. L'uomo stesso è costituito da un aspetto più manifesto Yin (Corpo/*Xing*) ed un aspetto meno manifesto Yang (Spirito/*Shen*).³

Un altro concetto fondamentale per la Medicina Tradizionale Cinese è quello del *Dao*. L'ideogramma esprime il concetto di “via”, “principio”, “metodo”, ma dal punto di vista metafisico il *Dao* rappresenta la *Via spirituale e personale* di ognuno di noi, la Via che percorriamo nel nostro cammino della vita per ritornare all'Unità da cui tutto ha avuto origine e che racchiude ogni cosa ed il suo opposto. Il *Dao* è la Via del divenire di tutte le cose, la Via del divenire dell'Universo.

² Giovanni Maciocia, Op. Cit.

³ C. Larre, F. Berbera, *Filosofia della Medicina Tradizionale Cinese*. Jaca Book, 1997.

Vi è ancora un ulteriore concetto che rappresenta il cardine di tutta la Medicina Tradizionale Cinese, ed è quello del Soffio, *Qi*. Il *Qi* ha in sé l'idea di dinamismo: è il dinamismo dell'universo. Grazie all'azione del *Qi* avvengono infatti tutte le trasformazioni Yin-Yang. Il *Qi* è etereo ed impalpabile ma se collassa su se stesso allora condensa e prende forma. Esso può oscillare tra un dinamismo puro (energia pura) ed uno stato di condensazione con dinamismo ridotto (materia condensata). Ogni nascita è una condensazione ed ogni morte una dispersione del *Qi*.

Zhang Zai, filosofo cinese (1020 - 1077 d.C.) sostenne che il Vuoto non era semplicemente assenza di ogni cosa ma *Qi* nella forma più pura. Egli affermò, inoltre, che la condensazione e la rarefazione del *Qi* davano vita a tutti i fenomeni dell'Universo. Zhang Zai disse: *“Il Grande Vuoto consiste di Qi. Il Qi si condensa trasformandosi nella miriade delle cose. Le cose necessariamente si disintegrano e ritornano al Grande Vuoto”*.⁴

Il concetto di dinamismo e di trasformazione è presente anche in un'altra componente della Medicina Tradizionale Cinese: i Cinque Movimenti, *Wu Xing*. I Cinque Movimenti rappresentano infatti dei principi dinamici ed in reciproca azione. E' lo *Hong Fan*, un testo filosofico che esamina e descrive l'Universo e le leggi che lo regolano, che per primo enumera e descrive la natura dei Cinque Movimenti: **Acqua**, la cui natura è di inumidire e discendere, **Fuoco**, la cui natura è di ardere e ascendere, **Legno**, la cui natura è quella di curvarsi e raddrizzarsi, **Metallo**, la cui natura è di essere duttile e malleabile, **Terra**, la cui natura è quella di permettere la semina e la raccolta.

E' Tung Chung-shu (c. 179 - 104 a.C.), filosofo della dinastia Han, a spiegarci come interagiscono tra di loro i Cinque Movimenti. Egli dispone i Movimenti su una circonferenza, secondo la logica che ognuno di essi

⁴ Citato in Giovanni Maciocia, *I fondamenti della medicina cinese*. Edra, Masson

produce il successivo: il Legno produce il Fuoco, il Fuoco produce la Terra, la Terra il Metallo, il Metallo l'Acqua e l'Acqua il Legno. Questa sequenza è detta Ciclo di Produzione, *Sheng*.

Tung Chung-shu aggiunge, inoltre, il concetto che ogni Movimento controlla il Movimento successivo a quello che produce, definendo in questo modo anche il Ciclo di Inibizione (o Controllo), *Ke*. Accade quindi che il Legno sottomette la Terra, ricoprendola, la Terra sottomette l'Acqua, assorbendola, l'Acqua sottomette il Fuoco, spegnendolo, il Fuoco sottomette il Metallo, fondendolo, ed il Metallo sottomette il legno, tagliandolo.

Può accadere che un Movimento diventi particolarmente forte da inibire eccessivamente il Movimento successivo a quello che produce, sopraffacendolo e impedendo le capacità di trasformazione che lo caratterizza. Parliamo in questo caso di Ciclo di Sopraffazione, *Cheng*, nel quale ci ritroviamo in una condizione nettamente patologica. Infine, può succedere che un Movimento fortemente in eccesso finisca per inibire l'azione del Movimento che lo dovrebbe controllare, contrattaccandolo: il Legno contrattacca il Metallo, il Metallo contrattacca il Fuoco, il Fuoco l'Acqua, l'Acqua la Terra e la Terra il Legno. Questo ciclo è denominato Contrattacco, *Wu*.

Jing Luo Mai

I “Meridiani” sono una struttura che appartiene propriamente alla Medicina Tradizionale Cinese. L’appellativo con cui ci si riferisce al sistema dei Meridiani è “*Jing Luo Mai*”. I Meridiani, *Jing*, ed i Collaterali, *Luo*, hanno il ruolo di trasportare Soffio e Sangue nel corpo. L’ideogramma *Mai*, Vaso, sta a rappresentare un vaso che porta in sé qualcosa, o, ancora più specificatamente, la pulsazione vitale di ciò che il vaso conduce. I Mai distribuiscono nel corpo Energia e Sangue (quando si parla di Mai non si fa distinzione tra vasi sanguigni e flussi energetici) e, se consideriamo che il Sangue, *Xue* in Medicina Cinese, è la dimora dello Spirito, *Shen*, allora possiamo affermare che i Mai veicolano l’Anima e la Vita. I Meridiani sono dei canali principali che percorrono il corpo in tutta la loro lunghezza mentre i Collaterali sono ramificazioni che permettono ai Meridiani di comunicare tra di loro e raggiungono ogni distretto corporeo per apportare Soffio e Sangue.

Il sistema dei Jing Luo Mai è abbastanza articolato, comprende 72 diversi Meridiani organizzati in 6 gruppi:

- 12 Meridiani Principali
- 12 Meridiani Distinti
- 12 Meridiani Muscolari
- 12 Luo Trasversali
- 16 Luo Longitudinali
- 8 Meridiani Straordinari

La Medicina Tradizionale Cinese annovera la presenza di Sei Soffi (*Liu Qi*). Essi rappresentano i Soffi della Terra (Yin) nella loro manifestazione di grado massimo, intermedio ed estremo o finale, ed i Soffi

del Cielo (Yang), anch'essi nella loro manifestazione di grado massimo, intermedio ed estremo o finale. Per distinguere questi Sei Soffi, la Medicina Tradizionale Cinese fa uso dei termini *Tai, Shao, Jue, Ming*.

Tai e Shao sono utilizzati sia per lo Yin che per lo Yang, mentre Jue è riferito solo allo Yin e Ming solo allo Yang.

Ne derivano dunque:

- Taiyang - Yang Maggiore
- Shaoyang - Giovane Yang
- Yangming - Bagliore finale dello Yang
- Taiyin - Yin Maggiore
- Shaoyin - Giovane Yin
- Jueyin - Yin Estremo

Se consideriamo che il Cielo e la Terra sono in comunicazione tra di loro e che il Soffio Yang del Cielo scende verso la Terra mentre il Soffio Yin della Terra sale verso il Cielo attraversando, in questo percorso, l'uomo, che è collocato al centro dei due con le mani alzate a sorreggere il Cielo, noteremo come i Soffi Yang del Cielo fluiscono dalle sue mani verso la testa e poi giù fino ai piedi per arrivare alla Terra, mentre i Soffi Yin della Terra fluiscono dai suoi piedi verso il torace e poi fino alle mani per arrivare al Cielo. L'uomo dunque è attraversato dai sei Soffi.

I Soffi Yin circolano sulla parte Yin del corpo (ventre e fasce interne di braccia e gambe) mentre i Soffi Yang circolano sulla parte Yang del corpo (dorso e fasce esterne di braccia e gambe). Queste sei correnti sono chiamate *Sei Assi* energetici (*Liu Jing*) o anche “*Sei Meridiani*”, “*Tre Yin e Tre Yang*” o “*Sei Grandi Meridiani*”. Essi hanno lo scopo di mettere in comunicazione il Macrocosmo (Cielo e Terra) con il Microcosmo (Uomo).

I Tre Assi Yang - Taiyang, Shaoyang, Yangming - portano i Soffi Yang del Cielo dalle mani verso i piedi, passando per la testa.

I Tre Assi Yin - Taiyin, Shaoyin, Jueyin - portano i Soffi Yin della Terra dai piedi verso le mani, passando per il torace.

Per ogni Asse possiamo distinguere una frazione relativa all'arto inferiore (*Zu*) ed una relativa all'arto superiore (*Shou*). Per gli Assi Yin, la frazione *Zu* va dai piedi al torace mentre la frazione *Shou* va dal torace alle mani; per gli Assi Yang, la frazione *Shou* va dalle mani alle testa mentre la frazione *Zu* va dalla testa verso i piedi.

Facciamo un esempio: l'Asse Shaoyang risulta diviso nella frazione *Shou Shaoyang*, che va dalla mano alla testa, e nella frazione *Zu Shaoyang*, che va dalla testa al piede.

Ciò comporta la divisione dei Sei Assi in 12 parti che sono denominati "Dodici Meridiani Principali", *Jing Mai*. Essi sono:

- Zu Taiyin della Milza
- Zu Jueyin del Fegato
- Zu Shaoyin dei Reni
- Zu Taiyang della Vescica
- Zu Shaoyang della Vescica Biliare
- Zu Yangming dello Stomaco
- Shou Taiyin del Polmone
- Shou Jueyin del Pericardio/Ministro del Cuore
- Shou Shaoyin del Cuore
- Shou Taiyang dell'Intestino Tenue
- Shou Shaoyang del Triplice Riscaldatore
- Shou Yangming del Grosso Intestino

Ogni Meridiano ha l'importante compito di congiungere ed irrorare gli Organi, *Zang*, e i Visceri, *Fu*. Questi nomi, Organi e Visceri, possono ricordare strutture analogiche della medicina occidentale, ma in realtà sono entità molto diverse. Oltre ad avere caratteristica psichica, essi sono considerati da un punto di vista funzionale, anziché anatomico.

Il termine *Zang* significa “conservare in luogo sicuro e nascosto”, “tesaurizzare”; gli *Zang* ricevono, infatti, i Soffi raffinati e puri, accumulandoli. Essi sono organi pieni e sono: Cuore (con la sua funzione di Pericardio o Ministro del Cuore), Fegato, Milza, Polmone e Reni. Il termine *Fu* significa “magazzino di transito di merci preziose”. I *Fu* sono deputati alla trasformazione ed al trasporto dei Soffi. Sono organi cavi e sono: Stomaco, Intestino Tenue, Grosso Intestino, Vescica Urinaria, Triplice Riscaldatore e Vescica Biliare.

Il Triplice Riscaldatore, una particolarità della Medicina Tradizionale Cinese, non indica uno specifico organo ma un insieme di funzioni che coinvolgono tutti gli organi interni. Esso ha il compito di garantire i processi metabolici, armonizzando i Soffi Ereditari, Difensivi e Nutritivi e regolando la circolazione dei liquidi. Si parla di “triplice” perché si considerano un “Riscaldatore Superiore” che interessa l'area sopra il diaframma, un “Riscaldatore Medio” che interessa l'area tra il diaframma e l'ombelico, ed un “Riscaldatore Inferiore” che interessa l'area sottombelicale.

Gli *Zang* e i *Fu*, inoltre, formano delle coppie funzionali denominate Logge Energetiche così composte:

- Loggia Legno con Fegato (*Zang*) e Vescica Biliare (*Fu*)
- Loggia Fuoco con Cuore e Pericardio (*Zang*) ed Intestino Tenue e Triplice Riscaldatore (*Fu*). Questa Loggia occupa due coppie ma

bisogna ricordare che Pericardio e Triplice Riscaldatore sono due funzioni e non organi materiali.

- Loggia Terra con Milza (Zang) e Stomaco (Fu)
- Loggia Metallo con Polmone (Zang) e Grosso Intestino (Fu)
- Loggia Acqua con Reni (Zang) e Vescica Urinaria (Fu)

Ogni coppia Zang - Fu rappresenta l'aspetto Yin e Yang del corrispondente Movimento.

Ogni Meridiano ha una parte che affiora in superficie ed una parte che si sviluppa in profondità andando a stabilire connessioni con gli Zangfu. Lungo il percorso superficiale del Meridiano riscontriamo la presenza dei Punti, piccole regioni che fungono da valvole di modulazione del Soffio e che sono quindi sensibili alla stimolazione terapeutica.

Nel tratto che si sviluppa in profondità, invece, ogni Meridiano stabilisce una connessione diretta (detta di dipendenza, *Shu*) con lo Zangfu di pertinenza ed una connessione (detta di collegamento, *Luo*) con lo Zangfu accoppiato nella stessa Loggia Energetica. In questo ultimo caso si parla di relazione *Biao-Li*, dove Biao (diritto) è la parte esterna e Li (rovescio) è la parte interna. Trattasi quindi dei due aspetti, Yin e Yang, della stessa cosa.

Grazie a queste connessioni, lo stato energetico degli Zangfu si riflette sui relativi Meridiani, e viceversa. Agendo quindi sui Meridiani si possono sollecitare i Soffi degli Zangfu e, di conseguenza, si può agire sulle loro funzioni.

La visione olistica della Medicina Tradizionale Cinese: lo Spirito, la Psiche ed il Soma

La Medicina Tradizionale Cinese può essere considerata la medicina olistica per eccellenza. Il termine “Olistico” deriva dal greco “òlos”, vale a dire “tutto intero”, e sta a designare la teoria secondo cui l’organismo è ben al di là della semplice somma di tutte le sue parti.

Già da oltre duemilacinquecento anni, la Medicina Tradizionale Cinese descrive infatti l’uomo come una unità inscindibile di un Corpo, una Psiche ed uno Spirito. Il Corpo non vive di vita propria ma ha bisogno di un principio che lo animi: lo Spirito, un principio trascendente che porta in sé una motivazione alla vita e che si manifesta attraverso la Psiche. Quest’ultima funge da intermediaria fra lo Spirito ed il Corpo.

Ogni uomo ha un proprio scopo da realizzare nella vita, una vocazione, ed il mezzo attraverso il quale egli riesce a realizzare tale vocazione è il Corpo. La Psiche, facendo da intermediaria tra Spirito e Corpo, rappresenta l’espressione di questa interazione.

Possiamo affermare dunque che Corpo, Psiche e Spirito rappresentano un’unità inscindibile nell’ambito della vita: essi ne rappresentano il mezzo, l’espressione e lo scopo. In questo ambito così definito, la malattia può riguardare una perdita di serenità dello Spirito, una disarmonia della Psiche o una perdita della funzione del Corpo ma, essendo le tre unità inscindibili, è chiaro che, qualunque parte essa interesserà, si propagherà inevitabilmente sulle altre due.

Secondo la Medicina Tradizionale Cinese, affinché avvenga il concepimento di un nuovo individuo, è necessario che l’uomo e la donna uniscano insieme le loro Essenze, *Jing* (l’ovulo per la donna, il liquido seminale per l’uomo) e che il Cielo dia il suo assenso, consentendo la

discesa dello *Shen*, Spirito, che è portatore del “Mandato Celeste”, cioè lo scopo che anima l’essenza, innescando e organizzando tutti i processi di trasformazione che consentiranno lo sviluppo e la vita del nuovo essere. E’ la presenza dello *Shen* a differenziare quindi un corpo animato da uno inanimato. L’Essenza ricevuta dai genitori all’atto del concepimento, *Jing* Ereditario, è quella che determina la costituzione innata di un individuo; la qualità e la durata della vita del nuovo individuo dipenderanno dalla qualità e dalla quantità di *Jing* ricevuto dai genitori.

La costituzione innata di un individuo non è modificabile e il ricorso continuo all’Essenza ereditaria ne provoca un consumo, oltre che l’impossibilità della stessa di essere ricreata.

Lo stato di salute di un individuo si verifica quando i Soffi fluiscono armoniosamente e lo Yin e lo Yang sono in equilibrio. Perché ciò accada è necessario: che vi sia una corretta alimentazione, così da garantire all’organismo il giusto apporto di Essenza Acquisita, vale a dire quella Essenza acquista dagli alimenti, che rappresenta essa stessa la base fondamentale per la produzione dei Soffi, del Sangue e dei Liquidi Organici; che si preservi il *Jing* ereditario deposto in *Mingmen* (un’area collocata un po’ più avanti ed in basso dei Reni) e custodito dai Reni; che si conduca una vita serena ed in armonia con i ritmi della natura, così da evitare eccessi che arrecherebbero danno allo Yin e allo Yang, ai Soffi e alla funzionalità degli *Zangfu*, comportando peraltro un ricorso all’Essenza Ereditaria; che si viva la propria vita per realizzare il Mandato Celeste portato dallo *Shen*, seguendo sempre il proprio Dao, cioè la propria Via.

In conclusione, il concetto di olistico proprio della Medicina Tradizionale Cinese ci spiega che non esistono sintomi prettamente somatici, prettamente psichici o prettamente spirituali. Quando in un organismo è presente una disarmonia, l’individuo presenta sempre sintomi

che lo interessano nella sua totalità. Allo stesso modo, un intervento operato su una persona avrà effetto su tutte e tre i piani: somatico, psichico e spirituale.

Il concetto di salute e malattia secondo la Medicina Tradizionale Cinese

La Medicina Tradizionale Cinese ha un concetto di malattia molto diverso dalla medicina occidentale. Per quest'ultima ricercare le cause di malattia vuol dire partire da uno o più sintomi, ricercare l'agente o gli agenti patogeni che li hanno determinati e debellarli attraverso l'intervento esterno di sostanze in grado di sconfiggerli. Il medico occidentale effettua una ricerca attraverso analisi specifiche fino a trovare la causa della malattia. La Medicina Tradizionale Cinese riconosce la presenza dei fattori patogeni ma sostiene che l'organismo sia in grado di contrastarne le aggressioni mediante capacità di reazioni che dipendono dalla predisposizione dell'individuo a contrarre o meno certe malattie. Da qui il grande valore attribuito dalla Medicina Tradizionale Cinese alla prevenzione.⁵

Una persona in buona salute è in grado di respingere attacchi di qualsiasi natura, ma se l'organismo è debilitato si instaurano degli squilibri che compromettono le capacità di difesa.

Una volta instauratasi la malattia, tutte le tecniche della Medicina Tradizionale Cinese cercano di potenziare le capacità di risposta dell'organismo e il compito della terapia sarà esclusivamente quello di riportare l'equilibrio tra i Soffi.

La Medicina Tradizionale Cinese considera il funzionamento, il nutrimento e la difesa di tutto l'organismo come il risultato dell'interazione di alcune sostanze vitali. Queste sostanze vengono definite le "Cinque Sostanze Vitali" e sono: *Jing* (Essenza), *Qi* (Soffio), *Xue* (Sangue), *Jin Ye* (Liquidi Organici), *Shen* (Spirito).

⁵ C. Larre, F. Berbera, Op. Cit.

Un equilibrio armonico fra le Cinque Sostanze garantisce il corretto stato di benessere.

Abbiamo poc' anzi detto che, se un individuo è in buona salute, egli è in grado di respingere attacchi di qualsiasi natura, ed abbiamo inoltre già enunciato quali sono i presupposti per mantenere il buono stato di salute. Dunque, se ci atteniamo a questi presupposti, saremo ben protetti dall'aggressione degli agenti patogeni: il vento o il freddo, non saranno quindi in grado di colpirci. Ma se un individuo in buona salute si espone ad un agente patogeno molto aggressivo, per un tempo prolungato, è chiaro che verrà sopraffatto. Ne deriva dunque che lo stato di malattia può instaurarsi quando l'individuo è debole o quando l'agente patogeno è predominante nei suoi confronti.

La Medicina Tradizionale Cinese classifica le cause di malattia in tre categorie:

- *Ereditarie*, che dipendono cioè dal Jing ereditato dai genitori
- *Esogene*, che sono legate all'interazione con l'ambiente
- *Endogene*, legate invece ai sentimenti e alle produzioni patologiche

Una carenza di Jing ereditario comporta la predisposizione a diverse patologie. C'è da considerare che il Jing agisce come catalizzatore di tutte le trasformazioni e sovrintende tutti i mutamenti organici dal momento del concepimento alla morte; controlla lo sviluppo, la crescita e la riproduzione; attiva i processi metabolici grazie ai quali vengono prodotti i Soffi ed il Sangue; interviene nella formazione delle ossa e del Cervello. Come già abbiamo accennato, una volta consumato, il Jing ereditario non è reintegrabile e, per intervenire sui problemi legati alla sua carenza, si può solo provare ad alleviare gli effetti avendo cura dello stile di vita e dell'alimentazione. Problemi nello sviluppo e nella crescita; problemi

dell'apparato osseo e nella dentizione; fragilità ossea e caduta dei denti; calo della vista, dell'udito e vertigini; perdita di memoria e scarsa concentrazione; astenia, scarsa vitalità; lentezza nella riparazione delle ferite e nella guarigione delle malattie; imbiancamento o caduta dei capelli; calo della libido, infertilità, impotenza; riduzione delle difese immunitario. Queste sono alcune delle manifestazioni della carenza del Jing ereditario.

Le cause di malattia esogene, invece, sono quelle legate all'ambiente circostante e sono classificate in sei categorie:

- Sei Eccessi (Freddo, Calore, Secchezza, Umidità, Vento e Canicola)
- Alimentazione
- Fatica
- Traumi e lesioni esterne
- Epidemie
- Ambiente esteriore

Le cause di malattie endogene sono classificate in due categorie:

- Sette Sentimenti (Gioia, Collera, Tristezza, Riflessione, Dolore, Paura e Terrore)
- Produzioni Patogene (Mucosità, Catarri e Accumuli di Xue)

PARTE SECONDA

Cenni sulla Floriterapia

La Floriterapia è una disciplina messa a punto dal Dott. Edward Bach, un medico gallese nato a Mosley nel 1886. Già da molto giovane, grazie alla sua forte sensibilità, Bach sviluppa l'aspirazione di dedicarsi alla medicina, spinto dal forte desiderio di aiutare coloro che soffrono. Appartenente ad una famiglia della media borghesia, studia medicina e si laurea nel 1914, avviando subito dopo la sua attività di medico. Raggiunge subito un'ottima fama grazie alla sua bravura ma, già nei suoi primi approcci con la medicina, si rende conto che essa non soddisfa il suo modo di considerare i pazienti e la malattia.

Bach, dotato di una straordinaria personalità, forte intuito, grande sensibilità e conoscenza della natura umana, osservando i suoi pazienti si accorge che ognuno di essi, nonostante presenti la stessa malattia e segua un protocollo farmacologico analogo, reagisce in maniera differente ad essa, e che il decorso della malattia è diverso da individuo a individuo. Bach matura l'idea che la medicina allopatrica dà eccessiva importanza ai sintomi e nessuna agli stati d'animo che si manifestano durante la malattia.

La visione più ampia della malattia convince Bach che la medicina non può essere fatta di schemi rigidi e protocolli universali, ma deve essere realizzata tenendo conto che ogni individuo è diverso dall'altro e che è necessario dare importanza all'aspetto psico-emotivo di ognuno di essi.

Durante la sua carriera, il medico gallese si dedica allo studio dell'immunologia, grazie alla quale riesce ad entrare in contatto con le teorie omeopatiche di Samuel Hahnemann, fondatore dell'Omeopatia, presso l'ospedale Omeopatico di Londra. L'incontro con l'Omeopatia è vissuto con grande entusiasmo e passione, in quanto Bach si rende conto che l'approccio di Hahnemann alla malattia è molto simile al suo. Anche

lui infatti, come Hahnemann - ma anche come Ippocrate e Paracelso - sostiene la tesi che non esistono malattie, ma solo malati.

Dopo aver messo a punto alcuni rimedi omeopatici, inizia ad avvicinarsi a quella che è la strada che avrebbe poi definitivamente intrapreso. Una volta lasciato il suo studio, si trasferisce nel Galles, dove inizia a studiare le piante che crescono spontanee in quelle terre, e ne sperimenta l'effetto su se stesso. Da queste sperimentazioni Bach si rende conto di aver finalmente trovato quello che cerca: dei rimedi floreali in grado di riequilibrare le emozioni negative al fine di consentire alla persona di gestire il proprio comportamento e le proprie reazioni.

Secondo il medico gallese, infatti, esistono delle piante che possiedono la capacità di stimolare le vibrazioni umane, e quindi di fornire l'energia spirituale in grado di purificare e risanare l'anima e il corpo. Egli afferma: *“Queste piante esistono per tendere all'uomo una mano soccorrevole nelle ore buie dell'oblio, quando perde la visione della sua divinità, e permette alla nuvola di paura o di dolore di oscurarla”*.⁶ Essenziale è che queste piante crescano allo stato selvatico e che vengano raccolte in determinati luoghi, particolarmente ricchi di energia.

Una volta selezionate le piante, Bach individua nei fiori quegli elementi in grado di intervenire e correggere gli stati reattivi negativi archetipici della natura umana.

Il fiore è la parte più estrema della pianta e ne rappresenta anche la parte più spirituale, l'essenza più profonda, la vibrazione più alta. Esso viene considerato un Archetipo Funzionale, vale a dire una forma trascendente preesistente alla coscienza ed alla vita stessa, alla quale l'individuo si rivolge senza una piena consapevolezza, ma guidato

⁶ Edward Bach, *Libera te stesso - Le Opere Complete*. Macro Edizioni, 2002.

dall'istinto. Il fiore è un archetipo portatore di frequenze capace di riaccordare la struttura energetica presente in ogni organismo vivente.

Nei suoi scritti, Edward Bach definisce la Floriterapia come il sistema terapeutico più efficace che sia mai stato dato all'umanità e sostiene che, per la sua semplicità, può essere utilizzato anche in un banale ambito domestico. Per utilizzare i rimedi floreali non occorre nessuna conoscenza a livello scientifico, è sufficiente apprendere sui fiori quanto da lui scritto, perché in Natura tutto è semplice.

Se semplici sono i fiori, altrettanto semplici sono i processi di potenziamento utilizzati da Bach per liberare l'essenza di ciascun fiore, vale a dire le informazioni spirituali in esso contenute: il "metodo del sole" ed il "metodo della cottura". Bach utilizza il metodo del sole per tutte le piante che fioriscono nella tarda primavera o in estate, quando il sole ha raggiunto la sua massima intensità. I fiori vengono raccolti al mattino, in una giornata di sole, facendo attenzione a che non entrino troppo a contatto con la pelle; essi vengono poi posti in una ciotola ripiena di acqua di fonte e lasciati al sole dalle tre alle quattro ore, finché l'essenza dei fiori non sia trasmessa all'acqua. Trascorso il tempo necessario, l'acqua "impregnata" di essenza viene filtrata e versata in una bottiglia contenente una uguale quantità di alcol, ottenendo così la "tintura madre". La tintura madre costituisce la base per la preparazione delle "stock bottle", vale a dire i flaconcini di conservazione che contengono ciascuna una goccia di tintura madre per 240 gocce di brandy.⁷

Il metodo della cottura, invece, viene usato per i fiori degli alberi, degli arbusti e dei cespugli a fioritura molto precoce, che sbocciano quando il sole non ha ancora raggiunto la massima intensità. I fiori vengono fatti cuocere in acqua per circa mezz'ora, il composto viene poi filtrato più volte

⁷ Mechthild Scheffer, *Il grande libro dei fiori di Bach. Guida completa teorica e pratica alla floriterapia di Bach*. Corbaccio Editore.

e trasferito nelle boccette, le quali vengono riempite solo per metà e, nella restante metà, viene aggiunto del brandy.

Attraverso questi metodi di potenziamento, l'essenza delle piante non viene alterata né danneggiata e, grazie al breve tempo intercorso tra la raccolta e la preparazione, viene evitata la dispersione di energia. Tutto ciò forma un processo alchemico naturale in cui cooperano i quattro potenti elementi: la terra e l'aria, che portano la pianta a maturare; il sole o fuoco, attraverso il quale avviene la liberazione delle informazioni energetiche contenute nella pianta; l'acqua, che funge da veicolo, portando in sé il messaggio energetico prima contenuto nella pianta.⁸

In conclusione, possiamo affermare che la Floriterapia è una terapia adatta a tutti ed è un valido strumento per conoscere meglio se stessi e per riportare alla luce degli aspetti della propria personalità.

⁸ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

I rimedi floreali del Dottor Eduard Bach

Nella ricerca delle piante dotate di specifiche qualità terapeutiche, Bach scopre i primi nove dei cosiddetti “Dodici Guaritori”: Impatiens, Mimulus, Clematis, Agrimony, Chicory, Vervain, Centaury, Cerato, Scleranthus. Bach racchiude le sue scoperte e la sua filosofia nello scritto “Guarisci te stesso” (*Heal Thyself*), che resterà la sua opera fondamentale, esprimendosi con una forma semplice per rendere le sue parole comprensibili anche ai profani.

Circa un anno dopo, Bach scopre gli ultimi tre rimedi della serie dei “Dodici Guaritori”: Water Violet, Gentian, Rock Rose. Egli assocerà i Dodici Guaritori alle dodici grandi personalità umane, per le grandi lezioni dell’anima.

Successivamente, individua altri quattro rimedi, che saranno definiti “Aiuti”: Gorse, Oak, Heather e Rock Water; a questi poi ne seguiranno altri tre che andranno a completare il gruppo degli Aiuti: Wild Oat, Olive, Vine. Questo gruppo comprende quei fiori che rappresentano gli stati che annebbiano la nostra consapevolezza dei dettami dell’anima.

Qualche anno dopo, il medico gallese amplia la sua gamma di rimedi floreali individuando i restanti 19 rimedi, che saranno poi definiti “Assistenti”: Aspen, Beech, Cherry Plum, Chestnut Bud, Crab Apple, Elm, Holly, Honeysuckle, Hornbeam, Larch, Mustard, Pine, Red Chestnut, Star of Bethlehem, Sweet Chestnut, Walnut, Wild Rose, White Chestnut, Willow. Questi rappresentano le difficoltà che si incontrano lungo il cammino evolutivo della nostra coscienza.⁹

⁹ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

Con queste ultime scoperte, Bach ci fornisce un sistema floreale composto da 38 rimedi che formeranno quella che viene considerata la Floriterapia per eccellenza.

Nel corso del suo lavoro, Bach arriva a suddividere le sue trentotto essenze in sette grandi gruppi:

- I Gruppo: per coloro che hanno paura. In questa categoria rientrano i seguenti rimedi: Rock Rose, Mimulus, Cherry Plum, Aspen, Red Chestnut.

- II Gruppo: per coloro che soffrono di incertezza. In questa categoria rientrano: Cerato, Scleranthus, Gentian, Wild Oat, Gorse, Hornbeam.

- III Gruppo: per coloro che mostrano scarso interesse per la realtà. In questa categoria rientrano: Clematis, Honeysuckle, Wild Rose, Olive, White Chestnut, Chestnut Bud, Mustard.

- IV Gruppo: per coloro che soffrono di solitudine. In questa categoria rientrano: Water Violet, Impatiens, Heather.

- V Gruppo: per coloro che sono ipersensibili alle influenze e alle idee. In questa categoria rientrano: Agrimony, Centaury, Walnut, Holly.

- VI Gruppo: per coloro che soffrono di scoraggiamento o disperazione. In questa categoria rientrano i seguenti rimedi: Larch, Pine, Elm, Sweet Chestnut, Star of Bethlehem, Willow, Oak, Crab Apple.

- VII Gruppo: per coloro che si preoccupano troppo del benessere altrui. Rientrano in questa categoria i seguenti rimedi: Chicory, Vervain, Vine, Beech, Rock Water.

Bach elabora inoltre anche la formulazione del Rescue Remedy, un composto contenente cinque dei fiori scoperti: Star of Bethlehem, Rock Rose, Impatiens, Cherry Plum, Clematis.

Mechthild Scheffer, autorità internazionale nel campo della terapia originale con i fiori di Bach, definisce così il Rescue Remedy: *“Trattasi di un rimedio che agisce su ogni tipo di personalità. Con questa composizione di fiori, infatti, Bach concepì un modello di reazione archetipico superiore, che deforma l’intera struttura della personalità e mette in dubbio il legame con il corpo fisico. L’assunzione di Rescue sollecita, nell’arco di un minuto, l’attivazione dei meccanismi fisici di autoguarigione, ottenendo così una stabilizzazione emotiva e, insieme, una distensione psicofisica, creando così le migliori premesse per un eventuale trattamento medico, nel caso fosse necessario”*.¹⁰

L’utilizzo del Rescue Remedy può essere utile in caso di situazioni psichiche o fisiche di emergenza, ed è possibile anche effettuare applicazioni locali, soprattutto in caso di emergenze fisiche.

Alla scoperta di ciascun fiore Bach fece seguire una descrizione di ognuno di essi, delle proprie peculiarità positive e negative.

Secondo Ricardo Orozco, però, i brevi ritratti descritti dal dottor Bach rappresentano degli schizzi di qualcosa di ben più grande, schizzi che ci mostrano una sezione statica del rimedio, il quale però possiede una dinamica molto più ampia.¹¹ Probabilmente Bach non ebbe il tempo materiale per approfondire, chiarire e mettere in rilievo aspetti importanti della sua opera. Probabilmente sarebbe stato necessario maggior tempo perché egli potesse scrivere di più su ciascun rimedio, fornendoci, per ciascuno di essi, quella che Orozco definisce la “prospettiva psicodinamica”, vale a dire ciò che ha portato questi rimedi ad essere quello che sono, a diventare quello che sono diventati.

¹⁰ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

¹¹ Ricardo Orozco, *Fiori di Bach - 38 descrizioni dinamiche*. Edizioni Centro di Benessere Psicofisico.

In questa ottica di dinamismo, Orozco ci invita a non limitarci a vedere i fiori esclusivamente secondo lo schema indicato da Bach, ma a cercare di approfondire la personalità di ciascun rimedio, associandola ai diversi individui, i quali possono presentare, relativamente a quel rimedio, anche degli elementi contraddittori. Orozco afferma che *“l’approccio maggiore del dottor Bach all’umanità probabilmente non consiste nelle descrizioni floreali fornite, ma dall’aver individuato i fiori giusti per aiutare gli esseri umani, compito senza dubbio molto più difficile e raffinato della scrittura”*.¹²

Infine, Orozco sostiene che il motivo principale che ha condotto Bach a creare il sistema floreale, consiste nel supportare l’evoluzione spirituale dell’essere umano: *“Tale evoluzione si raggiunge mediante l’apprendimento, che giustifica pertanto, secondo la filosofia dell’autore, l’incarnazione dell’anima in un corpo fisico in questo “giorno di scuola” e si manifesta in determinate lezioni correlate ad altrettante “virtù” da sviluppare. Le virtù da apprendere e manifestare sono quelle che segneranno il vero sviluppo spirituale di un individuo”*.¹³

¹² Ricardo Orozco, Op. Cit.

¹³ Ibidem.

La visione olistica della Floriterapia: l'Anima, la Personalità e la malattia

“La malattia è il risultato di un conflitto tra Spirito e Mente e non sarà mai sradicata senza uno sforzo spirituale e mentale”.

Eduard Bach

Come abbiamo già accennato, Bach sostiene che ogni individuo viene al mondo per imparare una lezione in questa vita che egli definisce “come un giorno di scuola”. Alla nascita, ognuno di noi assume un tipo di Personalità che racchiude in sé il difetto da superare e la virtù da sviluppare, il tutto sotto la guida e la protezione dell'Anima. Ogni essere umano, quindi, possiede una componente immortale, l'Anima, che rappresenta la sua essenza più profonda, spirituale e divina, ed una componente mortale, la Personalità, che è la parte legata alla materia.

Quando la Personalità non segue il cammino dettato dall'Anima, allora nasce una disarmonia, un conflitto che possiamo identificare con la malattia.¹⁴ Se consideriamo questo punto di vista, comprendiamo che la malattia non deve intendersi come un atto punitivo o un castigo voluto dal caso, bensì un allarme che ci avvisa che qualcosa non va, che stiamo commettendo qualche errore, che ci stiamo allontanando dai dettami dell'Anima. La malattia quindi è un segnale della presenza di una disarmonia che deve essere riequilibrata.

¹⁴ Ricardo Orozco, Op. Cit.

Bach sostiene che *“Se teniamo presente il fatto che in realtà la vera causa della malattia risiede nella nostra personalità e quindi è sotto il nostro controllo, possiamo vivere senza paura né angoscia, consapevoli di avere in noi stessi i mezzi per guarirne”*.¹⁵

Attraverso queste convinzioni, Bach esorta l'uomo ad avere una maggiore responsabilità di se stesso e della propria malattia, sostenendo che egli porta dentro di sé gli strumenti in grado di rimuovere le cause della malattia. Bach sostiene che *“Una volta trovato l'errore, la guarigione non si ottiene lottando o ricorrendo alla forza di volontà e all'energia per soffocare ciò che non va, bensì sviluppando la virtù opposta, che automaticamente elimina dal nostro essere tutte le tracce”* ed ancora *“Da principio questo può rivelarsi alquanto difficile, ma soltanto al principio, perché poi si constata con quanta incredibile rapidità può svilupparsi una virtù che riceve tutto il sostegno del cuore”*.¹⁶

Se la Personalità fosse in grado di seguire le indicazioni dell'Anima, allora l'essere umano vivrebbe in armonia ed in salute. Tuttavia, ogni qual volta la Personalità non vibra in sintonia con l'Anima, si manifestano prima degli stati d'animo negativi, poi dei disturbi fisici ed infine delle malattie vere e proprie.¹⁷

All'inizio della sua carriera, Bach si rende conto che la medicina allopatrica considera la malattia curabile con una serie di protocolli standard, senza tenere minimamente conto degli stati d'animo della persona. Il modo di reagire alla malattia e l'unicità di ciascun individuo non sono assolutamente presi in considerazione. In realtà egli sa che *“Non è la*

¹⁵ Edward Bach, *Le Opere Complete - Guarisci te stesso*. Macro Editore, 2002.

¹⁶ Ibid

¹⁷ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

malattia ad essere importante, quanto l'atteggiamento che ha verso la vita la persona che ne è afflitta".¹⁸

Bach individua la mente come la parte più sensibile del corpo: essa sente il peso della malattia in maniera più marcata del corpo, per questo è necessario porre attenzione ad essa per scegliere il corretto rimedio. Qualunque sforzo rivolto esclusivamente al corpo rappresenta una soluzione temporanea alla malattia, che potrebbe presentarsi nuovamente sotto altre forme, in qualunque momento. Se si riesce ad intervenire sugli stati mentali con largo anticipo, è molto probabile che la malattia non si manifesti affatto sul corpo.

Uno dei principi sul quale si fondano le teorie di Bach è sicuramente quello dell'incarnazione dell'Anima in un corpo, in questa vita. Egli afferma che *"Il breve passaggio su questa terra, che noi conosciamo come vita, non è che un attimo del nostro percorso evolutivo - come un solo giorno di scuola a paragone di tutta una vita. Anche se per ora possiamo vedere e comprendere quel solo giorno, l'intuito ci dice che la nostra origine è infinitamente lontana dalla nostra nascita e che la nostra morte sarà altrettanto lontana dalla nostra fine. Lo Spirito, che è la nostra vera essenza, è immortale, mentre i corpi di cui abbiamo consapevolezza, sono temporanei, come cavalli che noi cavalchiamo per compiere un viaggio, o strumenti che noi utilizziamo per eseguire un lavoro".¹⁹* Come accennato da Orozco, Bach sa che in ogni vita ci viene assegnato il compito di apprendere una virtù e tale apprendimento segnerà il reale sviluppo spirituale di un individuo. Agrimony deve superare il tormento e sviluppare la pace, Centaury deve superare la debolezza e sviluppare la forza, Chicory deve superare la restrizione e sviluppare l'amore, Cerato deve superare

¹⁸ Edward Bach, Op. Cit.

¹⁹ Ibidem.

l'ignoranza e sviluppare la saggezza, Clematis deve superare l'indifferenza e sviluppare l'affabilità, Gentian deve superare il dubbio e sviluppare la comprensione, Impatiens deve superare l'impazienza e sviluppare l'indulgenza, Mimulus deve superare la paura e sviluppare la compassione, Rock Rose deve superare il terrore e sviluppare il coraggio, Scleranthus deve superare l'indecisione e sviluppare la fermezza, Vervain deve superare il fanatismo e sviluppare la tolleranza, Water Violet deve superare l'afflizione e sviluppare la gioia.²⁰

²⁰ Ricardo Orozco, Op. Cit.

PARTE TERZA

Qi Jing Ba Mai

gli Otto Vasi Meridiani Meravigliosi/Straordinari

Gli Otto Meridiani Straordinari sono la prima struttura energetica che si sviluppa nell'embrione, subito dopo il concepimento. Con essi si attua il passaggio dal Cielo Anteriore al Cielo Posteriore, vale a dire dal senza forma alla forma, dal non manifesto al manifesto. Oltre ad essere responsabili dell'embriogenesi, gli Otto Meridiani Straordinari sono strettamente coinvolti nella procreazione, perché sono collegati con gli organi riproduttivi, con il Mingmen e con il Jing ereditario. Essi assicurano la vita dando struttura all'essere.

Possiamo suddividere gli Otto Meridiani Straordinari in 2 gruppi.

Il primo gruppo è in relazione con Reni, Jing, Yuan Qi, organi genitali e Utero, e ad esso appartengono Chong Mai, Du Mai, Ren Mai e Dai Mai. Questo gruppo rappresenta la prima struttura energetica a comparire all'atto dell'embriogenesi.

I Meridiani del secondo gruppo si originano a livello dei piedi. Essi sono Yin Wei Mai, Yang Wei Mai, Yin Qiao Mai, Yang Qiao Mai.

Per quanto concerne il primo gruppo, Chong Mai, Du Mai e Ren Mai nascono da un tronco comune che ha origine nella regione dei Reni, è generato da Mingmen e discende nella zona del perineo. Questi tre sono i primi a strutturarsi e sono in relazione con gli organi riproduttivi. Con esattezza possiamo affermare che il primo ad attivarsi è il Chong Mai, subito dopo si strutturano Du Mai e Ren Mai. Ad essi segue il Dai Mai, l'unico meridiano che si struttura orizzontalmente.

Il Chong Mai è denominato l'*Architetto Interno* e costituisce l'asse energetico centrale attorno al quale si struttura tutto l'essere. Esso gestisce gli scambi dal centro alla periferia.

Il Du Mai governa e controlla tutti gli aspetti Yang dell'individuo. Il Ren Mai si occupa degli aspetti Yin, rappresenta la presa in carico della vita e, nella donna, assicura la gestazione.

Il Dai Mai, infine, cinge dall'esterno tutti gli altri meridiani ad altezza della vita, dando solidità, ed amministra gli scambi tra l'alto ed il basso.

Se accoppiamo tra di loro questi quattro Meridiani Straordinari sulla base della loro natura Yin/Yang, noteremo che Du Mai e Ren Mai sono nettamente opposti, rappresentando uno gli aspetti più Yang ed interessando la parte Yang del corpo - la linea mediana del dorso - e l'altro gli aspetti più Yin, interessando la parte Yin del corpo - la linea mediana anteriore. Inoltre, il Du Mai è il *Mare dei Meridiani Yang* mentre il Ren Mai è il *Mare dei Meridiani Yin*.

Allo stesso modo, il Chong Mai rappresenta l'aspetto Yin in quanto svolge la sua funzione organizzatrice dall'interno, mentre il Dai Mai rappresenta l'aspetto Yang perché svolge la sua funzione organizzatrice dall'esterno.

Il secondo gruppo si struttura immediatamente dopo il primo e, attraverso lo Yin e Yang Wei Mai, è responsabile dell'organizzazione Yin/Yang nello spazio, mentre attraverso lo Yin e Yang Qiao Mai è responsabile dell'organizzazione Yin/Yang nel tempo.

Yin/Yang Wei Mai armonizzano lo Yin e lo Yang sotto il profilo spaziale, gestendo la comunicazione tra l'interno e l'esterno.

Yin/Yang Qiao Mai gestiscono i movimenti tra lo Yin e lo Yang sotto il profilo temporale sia in relazione alla vita in sé dell'individuo, sia in relazione al suo rapporto con il macrocosmo.

Il compito degli Otto Meridiani Straordinari è quello di portare avanti il Mandato Celeste portato dallo Shen, favorendo così la vita ed il cammino evolutivo dell'individuo.

Fisiopatologia dei Meridiani Straordinari

Ogni Meridiano Straordinario svolge diverse funzioni alle quali sono collegate tutta una serie di sintomatologie sotto il profilo fisico e mentale. Inoltre, ognuno di essi è legato ad una specifica tipologia che riscontriamo in soggetti in cui prevale funzionalmente lo specifico Meridiano.

Per quanto concerne il Du Mai, esso è in relazione con Mingmen, rachide, endocrino, pelvi, Cuore, sostiene la forza fisica e mentale e controlla la comunicazione con il mondo esteriore. Le sintomatologie che derivano da una disarmonia del Du Mai possono manifestarsi con dolore e rigidità o indebolimento del rachide, dolore alla settima cervicale, agli occhi, dolore al cuore, debolezza del carattere, follia ed epilessia.

Dal punto di vista fisico, la tipologia Du Mai si presenta con una importante muscolatura posturale, in modo particolare dei muscoli paravertebrali, il che comporta un portamento fiero ma, contemporaneamente, anche un appiattimento delle curve fisiologiche del rachide.

Sotto il profilo psicologico, i soggetti caratterizzati da una tipologia Du Mai risultano essere sempre insoddisfatti, alla ricerca di nuove conquiste, incapaci di godere dei successi perché subito proiettati verso nuovi obiettivi. Essi hanno il desiderio di dominare tutto e sono molto razionali, propensi a sfide ed enigmi mentali. Se il Meridiano è in eccesso, la tipologia tenderà a controllare e governare tutto quello che lo circonda. In caso di deficit, invece, ci sarà paura di uscire dalla propria routine ed incapacità a governare e prendere in mano le redini della propria vita.

Il Ren Mai è in relazione con Utero, di cui regola le funzioni, pelvi e rachide. I sintomi legati ad un deficit di questo Meridiano possono essere: irregolarità mestruale, leucorrea, cisti e fibromi all'utero, lombalgia con

traspirazione, dolore intorno all'ombelico, affezioni genitali maschili da umidità e freddo, dolori al basso ventre, dolori agli occhi con lacrimazione, spasmi muscolari al viso, dolori a livello addominale o prurito addominale.

La tipologia Ren Mai è caratterizzata da ipertrofia della muscolatura anteriore, con tendenza quindi ad un ripiegamento su se stessa. Vi è astenia (caratteristica dovuta da una predominanza dello Yin), con recuperi lenti e vuoti mentali. Sotto l'aspetto psicologico i soggetti Ren Mai sono istintivi, intuitivi ed egocentrici, arrivando ad essere dei veri vampiri psicologici se il Meridiano è fortemente in deficit. Sono preoccupati che possa accadere qualcosa di spiacevole ai propri familiari, cosa che li farebbe soffrire molto, e spesso hanno un rapporto conflittuale con la madre. In caso di eccesso tendono a farsi carico di tutto e tutti, mentre in caso di deficit tendono a non assumere responsabilità, incapaci a farsi carico di sé e della propria vita. Hanno inoltre paura dei ladri, che rappresentano una invasione della sfera privata.

Il Chong Mai è il Mare dei Meridiani, il Mare del Sangue, il Mare dei Jing e degli Luo, il Mare dei Cinque Organi e dei Sei Visceri. Le sue funzioni sono molteplici: organizza l'intero essere, controlla le mutazioni dello Yin e dello Yang, nutre il feto, regola gli scambi centro/periferia, regola gli equilibri Soffio/Sangue, controlla il sistema pilifero. Le sintomatologie fisiche del Chong Mai si possono manifestare con: lombalgia a barra della seconda vertebra lombare con incapacità di estensione e flessione il tronco; coliche addominali; pesantezza del ventre; sensazione di ascesa nella parte alta del corpo; turbe mestruali, uterine e vaginali nella donna con cattiva distribuzione dei peli; edemi genitali, uretrite, spermatorrea e impotenza nell'uomo; angina; afonia con sensazione di costrizione alla gola; secchezza della bocca e del naso; dispnea con dolori precordiali; dolore all'arto inferiore, lungo il percorso

del Meridiano; freddo dai piedi alle ginocchia. Sotto il profilo fisico, la tipologia Chong Mai si presenta con obesità a “pantalone di cavallerizzo”, con glutei molto evidenti ed accumulo di grasso nella zona sottombelicale e trocanterica. Questa caratteristica è dovuta al deficit della funzione organizzativa del Chong Mai. Sotto il profilo psicologico, invece, i soggetti Chong Mai hanno grosse difficoltà nel cambiare le proprie idee, sono testardi, rigidi e fortemente legati alle loro abitudini e ai modi di essere, incapaci ad adattarsi a diverse situazioni, non cambiano parere anche di fronte all’evidenza. Se il Meridiano è fortemente in deficit, nel soggetto si può manifestare una sensazione di vecchiezza precoce e freddo profondo.

Il Dai Mai, il Vaso Cintura, cinge assicurando solidità alla struttura e armonizza la comunicazione tra l’alto ed il basso del corpo. Una disarmonia di questo Meridiano si manifesta con ricorrenti cadute e distorsioni alle caviglie, sensazione che le gambe cedano, glutei freddi con percezione di star seduti nell’acqua (lo Yin è in basso e non sale, lo Yang è in alto e non scende), piedi freddi e mani calde, lombalgia a cintura che si irradia verso l’inguine, leucorrea bianca, dismenorrea, pubalgia. Sotto il profilo fisico, i soggetti Dai Mai risultano essere caratterizzati da asimmetria, con fianchi grossi e gambe sottili oppure con la parte alta ben sviluppata e la parte bassa fredda e flaccida con cellulite. Ciò accade perché non vi è armonizzazione tra alto e basso. Sotto il profilo psicologico, invece, i tipi Dai Mai non si sentono a proprio agio nella realtà in cui vivono, hanno la sensazione di appartenere ad un’altra epoca o civiltà, si sentono tagliati fuori, disorientati rispetto alla loro collocazione, al mondo esterno, e non stanno bene dove vivono. Inoltre, hanno difficoltà a trovare la loro via, come se fossero incapaci a comunicare con la parte più profonda di se stessi. Se il Meridiano è in deficit, i soggetti Du Mai perdono sempre di più il collegamento con il mondo esterno: si chiudono

ancora di più in sé, risultando timidi, insicuri, indecisi, paurosi, isolandosi e sembrando, per questo, freddi, poco empatici e non particolarmente simpatici.

Abbiamo detto che i Meridiani Straordinari Qiao Mai hanno la funzione di armonizzare i movimenti dello Yin e dello Yang nel tempo. Quando si parla di movimenti, si intende nello specifico le accelerazioni ed i rallentamenti, quindi possiamo affermare che lo Yin Qiao Mai armonizza i rallentamenti e le accelerazioni dello Yin, mentre lo Yang Qiao Mai armonizza i rallentamenti e le accelerazioni dello Yang, tutto ciò sia in relazione all'intensità che alla durata. Secondo J. M. Kespì, questi Meridiani sono legati al radicamento, perché radicano la vita ai luoghi dove essa nasce. Inoltre, Kespì sostiene che essi rappresentino il matrimonio interiore fra lo Yin e lo Yang, perché il loro compito è quello di far comunicare Yin e Yang e di consentire allo Yang di rientrare nello Yin, e viceversa.

Per quanto concerne lo Yin Qiao Mai, nei casi in cui esso risulti in eccesso, risulterà uno Yin accelerato, condizione normale di giorno ma non di notte, quando cioè lo Yin deve riposare. In questo caso avremmo sintomi con aggravamento diurno. Contrariamente, se lo Yin Qiao Mai è in vuoto, allora si manifesterà un rallentamento dello Yin, cosa normale di giorno ma non di notte, quando esso dovrebbe essere in attività. Ciò comporta la presenza di sintomi con aggravamento notturno.

Abbiamo inoltre detto che gli Qiao Mai sono legati al radicamento della vita. Nello specifico, lo Yin Qiao Mai stabilisce il legame dell'individuo con la terra natale, quindi un deficit di questo Meridiano può comportare la nascita di sintomatologie in concomitanza con l'allontanamento dalla propria terra d'origine.

I disturbi fisici dei soggetti Yin Qiao Mai sono legati alle fasi ritmiche e temporali di tipo Yin: insonnia, espulsione della placenta, fase mestruale post ovulatoria, disturbi nella seconda metà del ciclo mestruale. Dal punto di vista psicologico, i soggetti Yin Qiao Mai soffriranno se sradicati dalla propria terra di origine e, se come spiega Kespi, i Qiao Mai rappresentano il matrimonio inferiore tra lo Yin e lo Yang, vi può essere una omosessualità più o meno latente, con difficoltà a sposare in senso profondo l'altro sesso.

Lo Yang Qiao Mai svolge le stesse funzioni dello Yin Qiao Mai, ma sotto l'aspetto Yang. Se in eccesso, questo Meridiano accelera lo Yang, cosa normale di giorno ma non di notte, il che si traduce con sintomatologie che si aggravano al tramonto e di notte. Viceversa, se in deficit, lo Yang rallenta, cosa normale di notte ma non di giorno, il che si traduce con sintomi che si aggravano di giorno. Anche lo Yang Qiao Mai è legato al radicamento con il luogo d'origine, ma mentre lo Yin Qiao Mai è legato più alla terra natale, lo Yang Qiao Mai è legato invece agli individui.

Sotto il profilo fisico, i tipi Yang Qiao Mai soffrono di insonnia, soprattutto con il cambiamento orario dei ritmi di vita, e di disturbi sessuali di tipo Yang. Sotto il profilo psicologico, soffrono se allontanati dalle persone legate al proprio ambiente di origine e, anche in questo caso, vi può essere omosessualità più o meno latente.

I due Wei Mai armonizzano la circolazione, la ripartizione e il movimento dell'energia nello spazio: lo Yin Wei Mai, negli spazi Yin, lo Yang Wei Mai, negli spazi Yang. La circolazione nello spazio è da intendersi sia fra la superficie e la profondità, sia tra l'interno dell'individuo in relazione con il suo mondo esteriore.

Quando si parla di spazio Yin, si vuole parlare del profondo del cranio, del torace e dell'addome; del centro in rapporto alla periferia;

dell'individuo in rapporto all'esterno e all'esteriore. Un'altra funzione di questo Meridiano è quello di regolare la ripartizione Soffio/Sangue nella pelvi, prevalentemente in relazione all'apparato riproduttivo femminile. I sintomi fisici legati ad un deficit di questo Meridiano sono: cefalea a casco, gravidanze extrauterine, turbe mestruali, dolore al cuore, collera esplosive, malattie psicosomatiche cardiache ed intestinali. Dal punto di vista psichico, i tipo Yin Wei Mai sono ipocondriaci, non sono in grado di dominare la loro emotività e non sanno distanziarsi dal loro mondo affettivo. Sono molto istintivi ma si costringono ad un rigoroso controllo. Vivono conflitti interiori e portano in sé importanti segreti.

Lo Yang Wei Mai regge i movimenti energetici negli spazi Yang, ed è in relazione con la superficie del corpo, con l'alto e con il mondo esteriore. Una sua disarmonia comporta: sensibilità ai cambiamenti climatici, alla neve ed alla pioggia; ipersensibilità ai temporali, ai tuoni, ai rumori improvvisi; timore degli oggetti appuntiti; paura degli spazi aperti; difficoltà a prendere le distanze con l'esterno; sensazione di febbre. Dal punto di vista psichico i tipi Yang Wei Mai sono individui fragili, sensibili, che soffrono per tutto ciò che di negativo accade a loro e, molto spesso, anche che non li riguarda direttamente. Camaleontici, si adattano alle diverse situazioni o ambienti e, se il Meridiano è fortemente in disarmonia, possono essere plagiati o perdere la propria identità.

I rimedi floreali nel trattamento delle personalità psicologiche dei Meridiani Straordinari

Nell'ambito di una consulenza Naturopatica, una volta riconosciuti i tratti caratteristici delle varie tipologie Chong Mai, Du Mai, Ren Mai, Dai Mai, Yin/Yang Qiao Mai ed Yin/Yang Wei Mai, il Naturopata potrà intervenire attraverso il trattamento del Meridiano Straordinario da riequilibrare.

Il Du Mai ed il Ren Mai sono gli unici Meridiani ad avere punti propri, mentre gli altri sei utilizzano punti appartenenti ai Meridiani Principali. Per far sì che tali punti svolgano la funzione *straordinaria* come punti dei Meridiani Straordinari che li attraversano, è necessario andare a stimolare il *Punto Chiave* del corrispondente Meridiano. La funzione del *Punto Chiave* è quella di “aprire” il Meridiano Straordinario: esso cioè ne attiva e ne stimola la funzione. Una volta fatto ciò, si andranno a stimolare anche gli altri punti interessati dal Meridiano.

Esaminando le caratteristiche psichiche degli Otto Meridiani Straordinari è possibile riconoscere diverse peculiarità appartenenti a taluni dei 38 rimedi floreali del dottor Edward Bach. La Floriterapia è un valido strumento attraverso il quale si può intervenire per ripristinare ciò che in Medicina Tradizionale Cinese riconosciamo derivare dal disequilibrio energetico di un Meridiano Straordinario, e ciò che in Floriterapia, invece, indicheremmo provenire dall'allontanamento della Personalità dai dettami dell'Anima.

Se consideriamo alcune caratteristiche psichiche tipiche del Du Mai, ritroviamo la tendenza ad esercitare un controllo su tutto e tutti,

l'insoddisfazione, la perenne ricerca di nuove conquiste e l'incapacità di godere dei successi perché subito proiettati verso nuovi obiettivi.

Andando ad esaminare i 38 Fiori di Bach, possiamo associare queste prerogative del Du Mai a diversi di essi:

- Impatiens - Questo fiore è uno dei 12 Guaritori, il primo fiore scoperto da Bach. Egli lo descrive come utile *“Per le persone veloci nel pensiero e nell'azione, che vogliono che tutto si faccia senza esitazione né ritardo. Quando si ammalano sono ansiose di ristabilirsi. Per loro è molto difficile essere pazienti con le persone lente, perché considerano la lentezza un errore ed una perdita di tempo. Fanno ogni genere di sforzo per far sveltire le persone lente. Spesso preferiscono lavorare e pensare da soli per poter fare le cose al loro ritmo”*.²¹

Si tratta di una persona accelerata, impaziente e molto impulsiva, spesso consapevole del fatto che va molto di fretta, che percepisce il mondo intorno come particolarmente lento. E' molto efficiente con i numeri e la contabilità e, a causa del suo materialismo, ha un approccio molto semplificato e superficiale alla vita, cosa che non gli consente di vedere le sfumature e le sottigliezze che essa può offrire, né di goderne.²² Pur di fare tutto nei suoi tempi e nei suoi modi, è capace di togliere le cose da mano degli altri e farle da sé, perché ritiene che gli altri non posseggano la sua efficienza. In questo contesto ansioso, Impatiens può arrivare a controllare e a dominare tutto ciò che lo circonda, al fine di verificare che ogni cosa venga fatta secondo i suoi standard, finendo però per diventare irritabile e brusco. Queste dinamiche di controllo possono scatenare in lui forti esplosioni di collera di tipo Cherry Plum. Nel suo essere superficiale e pratico, Impatiens può mostrarsi incapace di godere di certe emozioni,

²¹ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011

²² Ricardo Orozco, Op. Cit.

anche perché impossibilitato a comprenderle, pertanto ogni sua conquista è fine a se stessa e lui, insoddisfatto, si fionda subito in nuove sfide mentali. Il doversi adattare al livello energetico inferiore di chi gli sta intorno, determina in Impatiens uno stato di continua tensione.²³

- Elm - Si tratta di uno dei 19 Assistenti. Di lui Bach scrive: *“Per quelli che stanno facendo un buon lavoro, che stanno seguendo la loro vocazione e aspettano di fare qualcosa di importante, spesso a beneficio dell’umanità. A volte possono avere momenti di depressione, quando sentono che il compito intrapreso è troppo difficile e va oltre alle possibilità di un essere umano”*.²⁴ Elm è una persona che ha grande dedizione al lavoro, perfezionista, metodica, che pretende molto da se stessa. Ha difficoltà a delegare e quindi tende a sovraffaticarsi ed a reprimere le proprie emozioni. Elm, logorato da un profondo stato di affaticamento, inquadra i suoi problemi in una prospettiva distorta, sentendosi non più all’altezza di portare avanti i propri compiti. I soggetti in uno stato Elm, talvolta, dimenticano di essere anche loro umani, con esigenze personali e limiti fisici, cosa che li spinge ad una momentanea perdita della fiducia in se stessi.²⁵ Molti Elm sono cresciuti in ambienti familiari rigidi, con genitori freddi o poco empatici, che li controllavano o che esigevano troppo da loro, pretendendoli già adulti. I risultati ottenuti si davano per scontati, ed essi non erano, pertanto, meritevoli di alcuna ricompensa. Tutto ciò ha generato grande insicurezza di base che rende gli individui in uno stato Elm incapaci di delegare agli altri.²⁶ Essi devono controllare e supervisionare tutto per essere certi che nessuno sbaglio sarà commesso. In questo clima di controllo, la loro vita risulta

²³ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

²⁴ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011

²⁵ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

²⁶ Ricardo Orozco, Op. Cit.

essere molto organizzata, anche troppo, e ne consegue spesso una incapacità di godere delle gioie della vita e di essere emotivi, visto che l'emotività può essere sinonimo di vulnerabilità. Il perfezionismo di Elm deriva dalla concetto errato che, controllando e governando ogni minimo dettaglio, essi riusciranno ad eccellere. La sua rigidità, il suo ritenersi indispensabile nelle cose, lo rende soggetto a stress ed a sintomatologie fisiche, visto che tanto il corpo, quanto la mente, necessitano di riposo, anche se tale tempo viene considerato improduttivo.²⁷

- Vervain - *“Per quelli che hanno principi e idee ben radicate che cambiano ben raramente, perché le ritengono giuste. Desiderano molto convertire tutti quelli che li circondano ai loro punti di vista sulla vita. Possiedono una forte volontà e molto coraggio quando sono veramente convinti di quello che vogliono insegnare. Nella malattia continuano a lottare anche quando gli altri si sarebbero già dati per vinti”*.²⁸ Vervain è uno dei 12 Guaritori. La sua caratteristica predominante è l'eccessivo entusiasmo che mette in quello che fa. I soggetti Vervain sono idealisti, anticonformisti e ribelli, possono essere impulsivi, temerari e aggressivi (Cherry Plum). Intolleranti alla noia, sono alla ricerca sempre di nuove esperienze, perché per loro l'avventura rappresenta un modo per essere liberi.²⁹ I soggetti Vervain sono dominati da un'idea positiva e non trovano pace finché non hanno convinto tutti ad abbracciarla.³⁰ Il loro eccessivo entusiasmo li spinge a voler influenzare e guidare gli altri, dire loro come devono agire o subentrando quando si tratta di venire al sodo. Fanatici, lottano per i loro ideali ed arrivano a sentirsi in diritto di poter controllare gli altri al fine perorare la causa in cui credono. Nei Vervain

²⁷ Ricardo Orozco, Op. Cit.

²⁸ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011

²⁹ Ricardo Orozco, Op. Cit.

³⁰ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

spesso si nasconde un risentimento di tipo Willow che può sfociare in aggressività di tipo Cherry Plum o Holly.³¹

I soggetti in cui prevale il Ren Mai hanno la tendenza esasperata a farsi carico di tutto, sino ad essere invadenti. Egoisti, possono giungere al vampirismo psicologico e possono sviluppare un'ansia ossessiva per l'incolumità e la salute dei propri cari. In queste caratteristiche ritroviamo un ventaglio fiori:

- Chicory - E' uno dei 12 Guaritori. Bach lo descrive come un fiore utile *“Per quelli che sono molto attenti ai bisogni degli altri: tendono a prendersi eccessivamente cura dei bambini, dei familiari, degli amici, trovando sempre qualcosa da rimettere a posto. Correggono continuamente ciò che considerano sbagliato e sono contenti di farlo. Desiderano intensamente avere sempre vicino quelli per cui si preoccupano”*.³² La descrizione che il dottor Bach dà di questo fiore lascia pensare ad una personalità molto altruista, generosa e disponibile ma in realtà i comportamenti di Chicory hanno finalità ben diverse. Le caratteristiche che contraddistinguono Chicory sono: possessività, autocommiserazione, egoismo, concentrazione su di sé, paura del rifiuto, esigenza di attenzione, carenza di affetto. Si tratta di una personalità possessiva sul piano emotivo, vi è tendenza ad intromettersi nelle questioni altrui ed a manipolare gli altri. I soggetti Chicory sostengono di non aver ricevuto l'amore che meritano, di cui hanno bisogno, che si tratti di una carenza oggettiva o solo una percezione soggettiva.³³ E' probabile che, durante l'infanzia, siano cresciuti con genitori assenti o

³¹ Ricardo Orozco, Op. Cit.

³² Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011

³³ Ricardo Orozco, Op. Cit.

iperprotettivi, generalmente la madre. Come detto in precedenza, la tipologia Ren Mai affronta molto spesso conflitti con la figura materna.

La carenza d'affetto genera in Chicory una grande paura della solitudine, di perdere le persone che ama, del rifiuto e di essere abbandonata o sostituita. Per evitare tutto ciò può mettere in atto dei meccanismi di difesa come l'autocommiserazione, la colpevolizzazione degli altri, il ricatto affettivo ("Ti amo a condizione che...", fare qualcosa in cambio di altro), la manipolazione attraverso la malattia - uno strumento che Chicory usa per tenere le persone alle sue dipendenze -, la richiesta di attenzione attraverso il voler esser protagonista in ogni cosa, come se tutto dovesse ruotare intorno a lui.³⁴ Nonostante in apparenza sembri che i soggetti Chicory abbiano una vita ricca di cose, la realtà è invece esattamente l'opposto: in essi vi è un grande vuoto interiore, una profonda insoddisfazione spirituale, tutte sensazioni che prova chi ha avuto una infanzia senza amore, senza riconoscimenti né conferme.³⁵

- Red Chestnut - Si tratta di un Assistente che Bach descrive in questo modo: *"Per coloro che trovano difficile non essere in ansia per gli altri. Sono persone che in genere non si preoccupano per loro stesse, ma possono soffrire molto per i loro cari, perché temono sempre che accada loro qualche sventura"*.³⁶ I caratteri Red Chestnut soffrono molto per le persone che amano e sono convinti che questi ultimi non avvertano i loro timori ma, così facendo, finiscono per nuocere non solo se stessi ma anche coloro verso cui tali preoccupazioni sono indirizzate.³⁷ La paura da cui è affetto Red Chestnut si riflette sui suoi cari e può essere una paura irrazionale o anticipatoria che può sfociare anche in panico di tipo Rock

³⁴ Ricardo Orozco, Op. Cit.

³⁵ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

³⁶ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

³⁷ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

Rose o dare vita ad una serie di pensieri ininterrotti di tipo White Chestnut.³⁸ Tutti i pensieri che Red Chestnut rivolge verso i propri cari sono collegati ad avvenimenti negativi. Si può trattare di un genitore che si preoccupa troppo per un figlio, ma anche l'inverso. Red Chestnut vede il parente verso il quale indirizza le proprie paure ed i propri timori come una sua estensione e non come un'entità a se stante e, non riuscendo a oggettivare questa differenza, prova una forte ansia. Secondo la Scheffer *“il cordone ombelicale spirituale non viene reciso completamente, o resta addirittura intatto”*.³⁹ Nello stato Red Chestnut negativo il concetto dell'amore verso il prossimo è interpretato in chiave egoistica: il prossimo viene utilizzato come strumento su cui proiettare i propri pensieri e le proprie insicurezze.⁴⁰ Lo stato Red Chestnut può essere vissuto da fiori come Chicory o Centaury, e può a sua volta generare molti Mimulus, Larch o anche Centaury.

Nella tipologia Chong Mai riscontriamo una forte rigidità ed inamovibilità nel cambiare le proprie abitudini, i modi di essere e le idee, anche di fronte all'evidenza, denotando quindi grande testardaggine. Inoltre, vi è una certa incapacità ad adattarsi alle diverse situazioni. Il Chong Mai è la struttura energetica che interviene per gestire le trasformazioni spirituali, materiali, funzionali e psichiche, andando ad interessare l'aspetto più profondo dell'evoluzione personale dell'individuo nel corso della propria vita. Anche in questo caso, i Fiori di Bach da chiamare in causa sono diversi:

- Rock Water - E' uno dei 7 Aiuti. Non si tratta di un'essenza floreale, bensì di un'acqua proveniente da sorgenti con proprietà

³⁸ Ricardo Orozco, Op. Cit.

³⁹ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

⁴⁰ Ibidem.

guaritrici. *“Per quelli che sono molto rigidi nel loro modo di vivere. Si negano molte delle gioie e dei piaceri della vita perché ritengono che possano interferire nel loro lavoro. Sono severi maestri con se stessi. Desiderano essere sani, forti e attivi e faranno qualsiasi cosa reputano necessaria per conservare questa condizione. Sperano che il loro esempio induca gli altri a imitare le loro idee per diventare alla fine migliori”*.⁴¹ Sono persone rigide, metodiche, puritane, con brama di perfezione, severe con se stesse e con gli altri, desiderosi di essere presi come modelli, hanno punti di vista inamovibili e rigorosi. Rock Water ha una repressione tale che lo rende incapace di godersi la vita: il suo scopo è quello di raggiungere obiettivi con grande dedizione, tralasciando tutti i piaceri della vita perché tali piaceri lo distoglierebbero da quanto prefissatosi. Gli obiettivi possono essere di diversa natura: religiosa, spirituale, sportiva, alimentare, politica ed estetica. Se vi è un cedimento, subito nasce in lui un forte senso di colpa e di autorimprovero di tipo Pine, oltre a una sensazione di vergogna e impurità di tipo Crab Apple.⁴²

Nello stato Rock Water negativo non ci si rende conto delle rinunce alle quali ci si sottopone: la personalità si intestardisce su posizioni che vengono considerate come imm modificabili, senza tener conto dei cambiamenti e delle evoluzioni che avvengono nella realtà.⁴³ All’origine di Rock Water ci può essere una repressione degli aspetti sessuali e morali ed un tipo di educazione eccessivamente esigente, rigida, severa. Si tratta di quei bambini che hanno dovuto assumersi responsabilità troppo grandi per la loro età. Pignoli, i Rock Water possono diventare burocrati che amano complicare la vita agli altri e dimostrare caratteristiche di tipo Vine.⁴⁴

⁴¹ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

⁴² Ricardo Orozco, Op. Cit..

⁴³ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

⁴⁴ Ricardo Orozco, Op. Cit.

- Walnut - Si tratta di uno dei 19 Assistenti. Bach lo definì utile *“Per chi nella vita ha ideali e ambizioni ben precise e le realizza, tuttavia in alcune occasioni l’entusiasmo, le convinzioni, le forti opinioni altrui possono distoglierli dalle loro idee e dai loro obiettivi. Il rimedio induce costanza e protegge dalle influenze esterne”*.⁴⁵ La Scheffer aggiunge che Walnut *“E’ indicato per tutti coloro che hanno deciso di fare un passo avanti nella propria vita, di rompere le convenzioni superate, di lasciarsi alle spalle vecchie frontiere e limitazioni, per ricominciare da zero”*.⁴⁶

Noi tutti nella vita siamo stati interessati da stati Walnut, in quelle circostanze in cui bisogna prendere delle decisioni cruciali che presuppongono un cambiamento, e che spesso implicano l’impossibilità di tornare indietro. Walnut è essenziale quando l’individuo è consapevole di ciò che desidera ma, allo stesso tempo, si lascia influenzare da chi gli sta intorno e fatica a decidere ciò che ritiene essere meglio per lui. In queste circostanze si tratta di operare un taglio drastico con ciò che viene considerato familiare, per aprirsi verso un futuro incerto ma che è in risonanza con l’Anima. Il processo evolutivo, anche se doloroso, ci consentirà di procedere in armonia nel nostro cammino. Walnut agisce solo quando il cambiamento è avallato dai dettami dell’Anima.⁴⁷ Edward Bach può essere un valido esempio di uno stato Walnut positivo: nell’ultimo periodo della sua vita decise infatti di lasciare gli agi economici, il suo passato professionale ed i riconoscimenti sociali e medici per seguire la sua vocazione interiore.⁴⁸ Secondo Orozco, Walnut è collegato all’adattabilità ed al rinnovamento: si tratta quindi di un fiore utile all’adattamento al cambiamento di ogni tipo. Inoltre, Walnut è un’essenza che lavora in

⁴⁵ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

⁴⁶ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

⁴⁷ Ricardo Orozco, Op. Cit.

⁴⁸ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

sinergia con altre essenze, come per esempio Star of Bethlehem, per adattarsi positivamente ad un trauma ed attutirne le sofferenze; Honeysuckle, per rompere con il passato; Beech, perché se ci si adatta meglio non si è eccessivamente critici e intolleranti; Mimulus, per aumentare la capacità di adattamento ai cambiamenti, verso i quali le personalità Mimulus sono molto ostili, per la paura del fallimento; e così via.⁴⁹

Per quanto concerne i tipi Dai Mai, abbiamo detto che essi hanno la percezione di appartenere ad un'altra epoca, in quanto non sono a proprio agio nella realtà in cui vivono, si sentono tagliati fuori dal mondo, disorientati rispetto alla loro collocazione. Inoltre, hanno difficoltà a trovare la loro via, come se fossero incapaci a comunicare con la loro parte più profonda. Nei casi gravi, i soggetti Dai Mai perdono sempre di più il collegamento con il mondo esterno: si chiudono ancora di più in se stessi, risultando timidi, insicuri, indecisi, paurosi, isolandosi e risultando, per questo, freddi, poco empatici e non particolarmente simpatici. Anche in questo caso, la rosa dei rimedi floreali a cui si pensa è variegata:

- Clematis - Siamo di fronte ad un Guaritore che Bach descrive così:
“Per i sognatori e gli addormentati, che non sono mai completamente svegli e non hanno grande interesse per la vita. Persone tranquille, non propriamente felici della loro condizione attuale, che vivono più nel futuro che nel presente. Vivono nella speranza di tempi più felici in cui i loro ideali potranno trasformarsi in realtà. Nella malattia, alcuni fanno pochissimi sforzi o addirittura nessuno per guarire, e in certi casi possono arrivare a desiderare la morte con la speranza di una vita migliore, o forse con il desiderio di ritrovare una persona cara che

⁴⁹ Ricardo Orozco, Op. Cit.

hanno perduto".⁵⁰ Clematis è una personalità distratta, indifferente, assente, sognatrice, con uno scarso interesse per il presente e per la realtà quotidiana, che spesso evade verso un futuro o un mondo di fantasia nel quale si proietta, disconnettendosi completamente dal presente. Clematis si isola in questo suo mondo di fantasia, non consentendone l'accesso a nessun altro. Può soffrire di ipersonnia, avere un basso livello di concentrazione ed una scarsa memoria in quanto l'intensa vita interiore non lascia a Clematis molta concentrazione per seguire altri argomenti.⁵¹ Secondo Orozco, quello che Clematis mette in atto è un caso di *isolamento passivo*: la persona si isola dagli altri perché ha una forte mancanza di interesse e di impulsi.⁵² In caso di malattia non compie grandi sforzi per migliorare, come se non avesse grandi problemi a lasciare questo mondo. Lo stesso Bach definì Clematis come "*una forma discreta di suicidio*".⁵³ I Clematis negativi possono essere piatti emotivamente, con scarsa energia, mancanti di empatia e privi di grandi timori o paure, proprio perché disconnessi dal mondo reale. L'unica paura che possono sperimentare è quella di tipo Aspen, in quanto, essendo in collegamento con realtà più sottili, riescono entrare in contatto con fenomeni paranormali.⁵⁴ Infine, possono essere interessati da stati di apatia di tipo Wild Rose.

- Water Violet - Come Clematis, anche Water Violet è uno dei 12 Guaritori. "*Per quelli che sia nella malattia sia in buona salute preferiscono stare da soli. Sono persone molto tranquille, che non fanno rumore, parlano poco e in modo molto gentile. Sono quasi indipendenti*

⁵⁰ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

⁵¹ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

⁵² Ricardo Orozco, Op. Cit.

⁵³ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

⁵⁴ Ricardo Orozco, Op. Cit.

dall'opinione degli altri. Se ne stanno in disparte, vivono da soli e seguono il loro cammino. Spesso sono intelligenti e dotati. La loro pace e tranquillità sono una benedizione per quelli che li circondano".⁵⁵ Le persone Water Violet sono orgogliose, distanti, fredde dal punto di vista emotivo, poco empatiche, mancano di spontaneità affettiva e stanno molto bene da sole. Non amano infatti il contatto con le persone, anzi, lo evitano. Non si intromettono nelle cose altrui e, analogamente, non ammettono intromissioni; non vogliono essere dominati e non dominano; non si interessano alle opinioni altrui e non sono interessati ad esprimere le proprie. E' molto probabile che i bambini Water Violet siano cresciuti in un ambiente emozionalmente freddo, senza grandi stimoli affettivi.⁵⁶ Non sono in grado di costringere qualcuno a fare ciò che desiderano ma, una volta compreso di non essere in grado di trasmettere i propri valori, se ne allontanano interiormente.⁵⁷ Come in Clematis, anche in Water Violet vi è sia una forte apatia di tipo Wild Rose, sia un *isolamento passivo*, in cui i soggetti si isolano dal mondo esterno, dedicando tutto il loro tempo alle cose che più amano, come la lettura e lo studio.⁵⁸ Per tutte queste caratteristiche, Water Violet risulta essere superbo, inaccessibile, altezzoso e talvolta sprezzante.

- Mimulus - Si tratta di un altro guaritore che Bach usa "*Per le paure causate dalle cose del mondo come la malattia, il dolore, gli incidenti, la povertà, il buio, la solitudine, le disgrazie, le paure legate alla vita quotidiana. Queste persone sopportano in silenzio e in segreto i propri timori, senza parlarne liberamente con gli altri*".⁵⁹ Mimulus è una

⁵⁵ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

⁵⁶ Ricardo Orozco, Op. Cit.

⁵⁷ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

⁵⁸ Ricardo Orozco, Op. Cit.

⁵⁹ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

personalità timida, insicura, introversa, vulnerabile, ansiosa, evitante, che non ama parlare delle sue paure. Come i Clematis ed i Water Violet, i Mimulus soffrono di isolamento, ma in questo caso è un tipo di *isolamento attivo*: essi vorrebbero partecipare alla vita sociale ma, non avendo fiducia in se stessi, si ritirano nel mondo privato. Hanno paura di essere rifiutati e del giudizio negativo degli altri.⁶⁰ Mimulus è convinto che se gli altri scoprissero chi è in realtà, una persona inutile e inadeguata, lo rifiuterebbero. Non ha relazioni profonde con nessuno, sempre troppo preoccupato che possa essere giudicato e criticato, cosa che lo terrorizza. Reprime le sue emozioni e la sua spontaneità, una repressione di tipo Cherry Plum, e può innescare pensieri ossessivi di tipo White Chestnut in relazione ad uno stato di continua preoccupazione per paure future, che possono provocargli insonnia.⁶¹ I bambini Mimulus hanno avuto genitori poco empatici e severi che hanno proiettato su di loro aspettative molto alte.

- Wild Oat - E' uno dei 7 Aiuti, un fiore utile *“Per quelli che ambiscono a realizzare qualcosa di importante nella vita, che vogliono acquisire molta esperienza e gioire di tutto ciò che è loro possibile, vivendo pienamente. La difficoltà per queste persone sta nel decidere quale occupazione seguire, perché sebbene le loro ambizioni siano forti, non sentono alcuna vocazione particolare. Ciò può causare perdita di tempo ed insoddisfazione”*.⁶² Nello stato Wild Oat, si vive un momento di insoddisfazione marcata perché ci si rende conto che la vita passa ma non riesce ad incanalarsi nella strada giusta. Si vive una sorta di disorientamento nel quale si cerca di rispondere a domande di natura

⁶⁰ Ricardo Orozco, Op. Cit.

⁶¹ Ibidem.

⁶² Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

esistenziale e, anche quando si raggiungono delle mete ambite, ci si sente insoddisfatti ed incompleti, come se mancasse qualcosa. Nello stato Wild Oat si è sempre alla ricerca di qualcosa o di se stessi, si prova a realizzarsi, ma non si trova mai la vera vocazione. Spesso l'assunzione di questo fiore aiuta a capire che il proprio posto è in un altro lavoro, in un'altra città ma, altre volte invece, aiuta a percepire il presente in maniera più obiettiva.⁶³ La Scheffer afferma che i soggetti Wild Oat *“non amano seguire la corrente, ma guidare personalmente la nave della vita, però non conoscono a ancora il nome del porto d'arrivo. Per questo, le persone con forti tratti Wild Oat faticano a trovare il proprio posto nella società”*.⁶⁴ E' probabile che i bambini con uno stato Wild Oat non vedano riconosciute ed apprezzate, da parte dei genitori, le proprie doti uniche ed eccezionali e quindi ricerchino rassicurazione all'esterno della famiglia.⁶⁵

I soggetti Yin/Yang Qiao Mai possono provare profonda tristezza se allontanati dalla propria terra di origine o dalle persone ad essa legate. In questo caso possiamo chiamare in causa due fiori di cui abbiamo già parlato, Walnut ed Wild Oat, per accettare il cambiamento, valutarlo positivamente ed in modo più obiettivo, e considerare un nuovo fiore: Honeysuckle.

- Honeysuckle - *“Per quelli che vivono immersi nel passato, che forse fu un periodo di grande felicità, o nel ricordo di un amico perduto o di ambizioni non realizzate. Oramai non si aspettano felicità più grandi di quelle che hanno già provato”*.⁶⁶ E' così che Bach descrive uno dei 19 Assistenti. La tristezza che i soggetti Yin/Yang Qiao mai provano per essersi allontanati dalla propria terra di origine o dalle persone ad essa

⁶³ Ricardo Orozco, Op. Cit.

⁶⁴ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

⁶⁵ Ibidem.

⁶⁶ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

legata, si traduce, nello stato Honeysuckle, come una eccessiva dipendenza dal passato che impedisce di apprezzare e vivere liberamente il presente ed essere concentrato sul “qui ed ora”. L’individuo nello stato Honeysuckle si proietta con la mente al passato, alle gioie ad esso legate, convinto che tali emozioni non torneranno mai più. Questi contenuti mentali possono diventare ripetitivi, rappresentando uno stato White Chestnut. Honeysuckle in questo caso è utile per facilitare quel distacco affettivo che rende i tipi Yin/Yang Qiao Mai soggetti ad infelicità e quindi a malattie.

I tipi Yin Wei Mai sono ipocondriaci e non sono in grado di dominare la loro emotività, incapaci di distaccarsi dal loro mondo affettivo. Vorrebbero rimanere eternamente bambini, vivono conflitti interiori e portano in sé importanti segreti.

I fiori di Bach da tenere in considerazione sono diversi:

- Heather - Questo fiore appartiene ai 7 Aiuti. *“Per chi cerca continuamente la compagnia di qualcuno disponibile, perché ha bisogno di discutere i propri affari con gli altri, chiunque essi siano. Si sentono molto infelici se devono restare soli per un certo periodo di tempo”*.⁶⁷ Heather è caratterizzato da un accentramento molto forte, da una estrema loquacità e da un egocentrismo spiccato. I suoi argomenti preferiti sono tutti quelli che lo riguardano. Il fine di una conversazione, tenuta con chiunque si trovi alla sua portata, è quello di parlare di sé, dei propri problemi, delle proprie preoccupazioni, dei propri drammi, drammi che Heather inscena con grande teatralità al solo scopo di attirare l’attenzione altrui. Incapaci di dare la giusta dimensione agli eventi della propria vita, egli affronta soffrendo anche le più piccole cose, ingigantendole a dismisura. Il soggetto nello stato Heather pretende l’ascolto costante e

⁶⁷ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

totale da parte degli altri. In apparenza appare sicuro e spavaldo ma in realtà è terrorizzato dalla solitudine e dall'abbandono. Nello stato Heather la persona cerca di reprimere un vuoto emozionale attraverso le parole ed è evidente il distacco con il Sè più profondo. Molti sono ipocondriaci, arrivando ad esasperare medici e familiari con le loro richieste continue di esami diagnostici e sintomi ingigantiti.⁶⁸ L'ipocondria è dovuta al fatto che Heather non si mette in ascolto delle sue parti più profonde e trasferisce sulla paura della malattia la reale paura psichica, paura che proviene da un vissuto di privazioni affettive che lo hanno reso incapace di rassicurare se stesso.

- Crab Apple - Siamo di fronte ad un Assistente considerato *“Il rimedio di depurazione per quelli che sentono di avere qualcosa dentro di poco pulito. Spesso è una cosa apparentemente insignificante, altre volte può trattarsi di un disturbo più serio che passa quasi inosservato rispetto alla cosa su cui si concentrano. In entrambi i casi l'individuo è ansioso di sbarazzarsi di questa cosa particolare che nella sua mente è diventata la più importante e gli sembra essenziale curare. Se il trattamento fallisce, si scoraggia. Essendo un purificatore, questo rimedio risana le ferite, quando il paziente ha ragione di credere che sia entrato in lui qualche veleno che deve essere eliminato”*.⁶⁹ A Crab Apple è collegato un senso di sporcizia, vergogna, impurità a livello fisico e psichico, e la fissazione dei piccoli dettagli. A differenza di Heather, questo fiore non ama stare al centro dell'attenzione, anzi, cerca di passare inosservato e prova vergogna per i propri pensieri. Mechthild Scheffer dice di lui: *“ Tutto ciò che si allontana dai concetti di purezza, ideali ma non realistici, li confonde e li opprime, lasciandoli tristi, talvolta*

⁶⁸ Ricardo Orozco, Op. Cit.

⁶⁹ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

*addirittura disperati, e, in casi estremi, pieni di disgusto per se stessi. Può trattarsi di un pensiero negativo, dal quale non avrebbero voluto assolutamente lasciarsi trascinare, o di un'osservazione pesante che si sono lasciati sfuggire, contro la loro natura interiore. Anche tre innocui foruncoli sul viso possono turbarli al punto da precipitarsi dal dermatologo”, e ancora “Quando sul giornale appare il primo avviso di un'ondata influenzale, i caratteri Crab Apple prendono subito tutte le precauzioni possibili per non caderne vittima”.*⁷⁰ Lo stato Crab Apple si ritrova in persone che hanno avuto una educazione con genitori poco empatici, con una tendenza ad umiliare e a far sentire indegni i propri figli. I genitori di cui parliamo potrebbero essere dei Chicory, Vervain, Impatiens, Elm, Rock Water, Pine, Beech, Heather e Oak.⁷¹ Gli individui nello stato Crab Apple sono accompagnati da sensi di colpa di tipo Pine e vivono uno spiccato senso di inferiorità di tipo Larch. Il tema dell'igiene è un punto cardine: sono ossessionate dalla pulizia, dal contagio e dalle malattie. Anche alcune funzioni corporali sono considerate tabù. Chi necessita di questo rimedio si sente sporco, impuro ed ha la necessità di purificarsi. Ansioso, Crab Apple è perennemente concentrato sul placare l'ansia derivante dal percepire la sensazione che c'è qualcosa che non va. Questo rimedio è l'antibiotico del sistema floreale ed è utile per liberare il corpo dalle tossine, dal catarro e in caso di intossicazioni.

- Willow - Bach descrive così questo Assistente: *“Per quelli che hanno sofferto per disgrazie o avversità e non riescono ad accettarli senza lamentele o risentimento, perché giudicano la vita in funzione del successo. Pensano di non aver meritato una prova così grande, che la vita sia stata troppo ingiusta con loro e ne sono amareggiati. Spesso*

⁷⁰ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

⁷¹ Ricardo Orozco, Op. Cit.

arrivano così a perdere interesse e diventano meno attivi in quelle cose che prima facevano con piacere".⁷² Nello stato Willow ritroviamo amarezza, risentimento, negatività, avversione, ira trattenuta, irritazione, sfiducia, rancore, senso di frustrazione e fallimento, e vi è tendenza a notare solo il lato negativo della vita.⁷³ Willow trova da ridire su tutto e gode delle difficoltà altrui. "Capitano tutte a me" oppure "cosa ho fatto per meritare questo?" sono le frasi che questo rimedio utilizza più spesso, assumendo un atteggiamento ipocrita ed autocommiserativo. La colpa di ciò che gli accade è sempre imputabile agli altri, al destino, al karma, a Dio, mai a se stesso. Nello stato Willow non si tiene conto delle indicazioni della guida interiore, in quanto si giudica il successo della vita non in base a criteri spirituali, bensì in base a fatti materiali, come avere successo, fama, fortuna etc.⁷⁴ Questo rimedio prova un gran bisogno di confermare i sospetti che ha e da questo derivano le sue interpretazioni distorte, attraverso le quali giustifica il suo comportamento vigile e la sua difensiva.⁷⁵ Anche nel caso di Willow possono esserci all'origine infanzie complicate con abbandoni o genitori assenti. Willow deve farsi carico della responsabilità della propria vita e della legge di "causa - effetto" al fine di ritrovare la gioia di esistere. Più la personalità non è in grado di far fronte agli avvenimenti, più tenderà a rigettare le responsabilità, non avendo in sé la forza per farsi carico delle cose. Questa ultima caratteristica potrebbe essere associata anche ad una disarmonia del Meridiano Straordinario Ren Mai che, quando in vuoto, non è in grado di assumersi le proprie responsabilità, incapace di farsi carico della propria vita. Di fronte alla malattia Willow si sentirà, come al

⁷² Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

⁷³ Ricardo Orozco, Op. Cit.

⁷⁴ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

⁷⁵ Ricardo Orozco, Op. Cit.

solito, perseguitato, come se ogni male lo interessasse e, anche di fronte a dei miglioramenti, non sarà in grado di riconoscerli. Questo rimedio non si rende conto che è proprio la sua negatività, la sua rabbia, la sua irascibilità a condurlo alla malattia, in quanto attira a sé esattamente ciò che lui stesso è.

- Gentian - E' uno dei 12 Guaritori. *“Per coloro che si perdono facilmente d’animo. Possono anche migliorare progressivamente nella malattia o negli affari, ma il minimo ostacolo o ritardo genera loro titubanza e li demoralizza rapidamente”*.⁷⁶ Gentian è una personalità negativa, pessimista, depressiva, che si scoraggia facilmente e che si concentra su ciò che c'è di negativo. Interpreta la vita negativamente e, se messo di fronte all'evidenza della cosa, si proclamerà esclusivamente un “realista”.⁷⁷ Se un bambino non riceve sostegno adeguato da parte dei genitori nella fase di sviluppo, se questi ultimi si soffermano solo sui suoi insuccessi, senza trasferirgli la certezza che all'insuccesso seguirà un successo, ci sono ottime possibilità che si sviluppi una personalità Gentian.⁷⁸ Questo rimedio ingloba in sé i sentimenti di inutilità tipici di Larch, di colpevolezza tipici di Pine, di tristezza tipici di Mustard, di malumore di tipo Willow, di critica di tipo Beech, di preoccupazione incessante di tipo White Chestnut, di timore per la salute altrui di tipo Red Chestnut.⁷⁹ Gentian ha aspettative negative che si confermano negli eventi sfavorevoli e, come in Willow, le malattie sono associate allo sconforto, al pessimismo ed alla negatività: di fronte ad una inattesa ricaduta, il soggetto Gentian si demoralizza, si sente crollare il mondo addosso ed è tentato di abbandonare le cure.

⁷⁶ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

⁷⁷ Ricardo Orozco, Op. Cit.

⁷⁸ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

⁷⁹ Ricardo Orozco, Op. Cit.

- Mimulus può essere chiamato in causa per intervenire sugli stati d'animo relativi al timore delle malattie che manifesta la tipologia Yang Wei Mai. Le sue caratteristiche sono state descritte nella sezione relativa al Dai Mai.

- Agrimony - Siamo di fronte ad un altro Guaritore. Bach lo descrive in questo modo: *“Per le persone allegre, gioviali e di buon umore, che amano la pace e si affliggono per le discussioni o i litigi e per evitarli acconsentono a rinunciare a molte cose. Anche se generalmente hanno problemi e sono tormentati, preoccupati e inquisiti, nella mente e nel corpo nascondono le loro preoccupazioni dietro il loro buonumore o le battute. Sono considerati degli ottimi amici da frequentare. Spesso assumono alcool o droghe per stimolarsi e aiutarsi a sopportare con allegria i dolori”*.⁸⁰ L'espressione che racchiude l'essenza di Agrimony è “tormento celato”. Questa personalità vive una forte sofferenza mascherata da falsa allegria e nasconde agli altri le proprie paure, come se celandole agli altri, le celasse anche a se stesso. Agrimony cerca di evitare il lato oscuro della propria personalità, la propria Ombra, ma in questo modo si condanna a vivere una vita parziale perché l'Ombra è parte integrante della vita. Non accettando parte di sé, non riesce a stabilire un contatto con l'Io Superiore, e quindi non riesce a percepire la componente spirituale che proviene dalla propria anima. La repressione che questo fiore vive gli provoca continua tensione e forte ansia e, per attenuarle, fa uso di alcool o droghe. Possiamo sicuramente affermare che Agrimony ha grande paura della solitudine perché rimanere solo significherebbe per lui dover affrontare i propri tormenti.

- Scleranthus - Anch'esso un guaritore, Bach lo descrive così: *“Per quelli che soffrono molto perché sono incapaci di decidere tra due cose;*

⁸⁰ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

considerano giusta ora l'una, ora l'altra. Di solito sono persone tranquille che sopportano in silenzio le loro difficoltà, non essendo portate a discuterne con gli altri".⁸¹ Scleranthus è un rimedio che manifesta grande incertezza, instabilità, indecisione tra due cose e paura di sbagliare. E' chiamato in causa anche quando siamo di fronte a patologie che si ripetono con ciclicità, quando vi è alternanza tra due condizioni o stati d'animo, oppure sfasamento. Questo rimedio manifesta grande conflitto interiore, in quanto è in continua fase di scelta tra due poli, ma ciò che lo rende instabile e tormentato è che la sofferta scelta di un polo su un altro, apre la strada ad altre opzioni che derivano dalla polarità scelta. Un esempio può aiutarci meglio a comprendere quanto enunciato: Scleranthus si interroga se uscire o rimanere a casa; se opta per uscire, vorrebbe incontrare gli amici o fare una passeggiata da solo? E se decide invece di rimanere in casa, preferirebbe leggere un libro o dedicarsi al giardinaggio? Ogni scelta apre la strada a nuove scelte. In questo contesto è facile capire perché Scleranthus sia facilmente associabile a White Chestnut e Cherry Plum. In questa fase di interrogatorio continuo, questo rimedio floreale non chiede consigli all'esterno, ma tiene tutto per sé. Probabilmente è perché il suo grado di confusione è tale da avergli fatto prendere in considerazione tutte le opzioni del caso, quindi non ha bisogno di consultare gli altri.⁸² In Scleranthus vi è una grande paura di sbagliare, probabilmente perché è cresciuto in un ambiente familiare ossessivo, con sistemi educativi punitivi che lo pretendevano un piccolo adulto.

- Chestnut Bud - E' un fiore collegato al potenziale dell'apprendimento, utile quando vi è tendenza a ripetere sempre lo

⁸¹ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

⁸² Ricardo Orozco, Op. Cit.

stesso errore e non si trae insegnamento dalle esperienze vissute. *“Per quelli che non traggono pieno vantaggio dall’osservazione e dall’esperienza e che impiegano più tempo degli altri per apprendere le lezioni della vita quotidiana. Mentre per alcuni sarebbe sufficiente una sola esperienza, per costoro ne son necessarie di più, a volte parecchie, prima di apprendere la lezione”*.⁸³ Questo Assistente non è in grado di interpretare nella giusta maniera gli eventi che lo riguardano, per cui ripete continuamente le stesse esperienze senza essere in grado di trarre insegnamento da esse. E’ come se questa personalità volesse opporsi in maniera infantile alle direttive della propria anima e che quindi non riesca ad evolversi spiritualmente, rimanendo sempre un pò bambino. E’ un rimedio utile quando siamo di fronte a malattie che si ripresentano a più episodi.

Infine, per quanto concerne i tipi Yang Wei Mai, essi sono individui fragili, sensibili, che soffrono per tutto ciò che di negativo accade a loro, anche se non li riguarda direttamente. Sono ipersensibili ai temporali, ai tuoni, ai rumori improvvisi e, se il Meridiano è fortemente in disarmonia, possono essere plagiati o perdere la propria identità. Questi aspetti comportamentali possono essere migliorati attraverso l’uso di diversi rimedi floreali:

- Centaury - Si tratta di un Guaritore e Bach lo descrive così: *“Per le persone buone, tranquille e gentili, che sono sempre ansiose di servire gli altri. Nel loro impegno per riuscirci, sopravvalutano le loro forze. Il loro bisogno di assecondare il prossimo è così forte che diventano più servi che aiutanti. Il loro buon cuore li riporta a fare più di quello che dovrebbero e, così facendo, trascurano la loro particolare missione nella*

⁸³ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

vita”.⁸⁴ Con delle semplicissime parole, Bach ci racconta una personalità servile, sottomessa, debole, con grande paura del rifiuto, che manifesta un forte bisogno di accettazione, una personalità eccessivamente dipendente dagli altri, per compiacere i quali, è disposta al sacrificio. In Centaury vi è una forte passività e nel suo compiacere gli altri mette da parte se stesso, i propri bisogni, i propri desideri, abbandonando il suo cammino ed ignorando ciò che la propria anima gli comunica. Questo rimedio non ha una personalità ben definita per cui si adatta a quelle altrui, preferendo che siano gli altri a dirgli cosa fare, piuttosto che assumersi la responsabilità delle proprie scelte. Centaury è fortemente dipendente dagli altri, convinto che da solo non potrà essere in grado di fare nulla, visto il forte senso di inferiorità di tipo Larch di cui soffre.⁸⁵ E’ chiaro che in lui è presente una buona componente di ansia, vista l’incapacità a dire “no” anche quando in realtà vorrebbe. La dipendenza dagli altri denota una forte carenza affettiva: molti di essi sono figli di genitori che non li hanno lasciati liberi di esprimersi, come ad esempio un genitore Chicory e Red Chestnut. Orozco afferma che *“poiché Centaury confonde il confine tra se stesso e gli altri, la perdita di una relazione finisce sempre per essere la perdita di se stesso. Temendo così tanto il rifiuto e la disapprovazione, di solito vive nell’ansia e nell’angoscia, e spesso nel panico Rock Rose quando le sue figure di riferimento creano un clima instabile, perciò il suo livello di indecisione ed incertezza blocca qualsiasi possibilità di iniziativa”*.⁸⁶ E’ chiaro che in questa smania di compiacimento altrui, Centaury ne esca stanco e fortemente provato, poiché si spinge oltre i limiti della propria resistenza

⁸⁴ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

⁸⁵ Ricardo Orozco, Op. Cit.

⁸⁶ Ibidem.

fisica e mentale.⁸⁷ E' molto comune che un Centaury venga soggiogato, sfruttato e maltrattato da personalità dominanti come Chicory, Vervain o Vine. Potrebbe accadere, inoltre, di assistere ad una sindrome di ribellione (Impatiens) o rabbia (Holly), in cui Centaury uccide il proprio carnefice.

- Cerato - *“Per quelli che non hanno abbastanza fiducia in se stessi per prendere da soli delle decisioni. Chiedono sempre consiglio agli altri e spesso ne sono fuorviati”*.⁸⁸ Descrivendo questo Guaritore, Bach ci racconta di una personalità immatura, priva di punti di riferimento stabili, eccessivamente dipendente dai consigli altrui. Cerato in realtà non sa chi è e non ascolta il proprio Io Superiore: sente di avere un forte istinto ma di cui non si fida, finendo quindi per ricorrere al giudizio altrui. La Scheffer afferma: *“Il malinteso insito nel tipo Cerato consiste nel rifiuto della personalità di riconoscere e accettare il ruolo dell’Io Superiore. Anziché ammettere che solo quest’ultimo può portarci alla massima realizzazione possibile di noi stessi, si tende a cercare la riposta nel mondo esterno, spesso in teorie e dottrine correnti, o nelle esperienze di persone completamente diverse da noi”*.⁸⁹ La mancanza di punti di riferimenti interni lo rende dipendente dalle mode, dalla televisione e dalle pubblicità: per lui è molto più importante la forma che il contenuto ed è incapace di distinguere ciò che è importante da ciò che non lo è.⁹⁰ In questa ottica, è evidente che Cerato sia facilmente ingannabile e quindi può diventare vittima di truffe. E' molto probabile che Cerato sia

⁸⁷ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

⁸⁸ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

⁸⁹ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

⁹⁰ Ricardo Orozco, Op. Cit.

creciuto in un ambiente ricco di stimoli esterni oppure in cui predominavano forte contraddizioni.⁹¹

• Rock Rose - Questa essenza è l'ultima scoperta da Bach: *“E’ il rimedio di emergenza per i casi in cui sembra non esserci speranza. In caso di incidenti o malattie improvvise, o quando la condizione della persona è abbastanza grave da causare grandi timori in chi lo circonda. Se il malato è in uno stato di incoscienza, è possibile inumidirgli le labbra con il rimedio o aggiungerne altri che si ritengono necessari, come per esempio Clematis, se c’è incoscienza, cioè uno stato di sonno profondo, Agrimony se la persona è tormentata e così via”*.⁹² Si tratta di una personalità molto sensibile, delicata, vulnerabile, alquanto labile, che è fortemente suscettibile ad agenti esterni come rumori, movimenti rapidi, spaventi, etc.⁹³ E’ molto più probabile incontrare un individuo in uno stato Rock Rose, ma è possibile anche imbattersi in un archetipo di tipo Rock Rose. In quest’ultimo caso possiamo pensare ad un individuo che è stato esposto a qualche trauma prematuro in fase natale o prenatale - come per esempio un incidente che può aver coinvolto madre e feto - per cui quando il neonato viene al mondo è già entrato in contatto con il terrore. E’ un fiore molto utile nell’attacco di panico, quando degli eventi esterni provocano reazioni corporee come tachicardia, aumento della frequenza respiratoria e della pressione, paralisi momentanea etc. In questo caso, si verifica una reazione di tipo causa-effetto, cosa che invece viene a mancare in Aspen, dove invece la sensazione di paura non riesce ad essere ricollegata a nessuna causa ben precisa.⁹⁴

⁹¹ Ricardo Orozco, Op. Cit.

⁹² Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

⁹³ Ricardo Orozco, Op. Cit.

⁹⁴ Ricardo Orozco, Op. Cit.

• Mustard - Una personalità fortemente emotiva come quella Yang Wei Mai può essere interessata da un sentimento intenso, la tristezza. Mustard è uno dei 19 Assistenti così descritto: *“Per chi è soggetto a periodi di tristezza e disperazione, come se una nuvola fredda e scura lo avvolgesse offuscando la luce e la gioia di vivere. Può darsi che non sia possibile trovare una ragione giustificata o una spiegazione valida per questi episodi. In questa condizione, gli è quasi impossibile apparire allegri e gioviali”*.⁹⁵ Bach descrive la tristezza di Mustard come una nube fredda e oscura che offusca la gioia di vivere. Molto spesso vi è una associazione tra depressione e tristezza. In realtà c'è una profonda differenza tra di esse, basti pensare che una persona può provare una sensazione di forte tristezza per diversi giorni senza per questo essere depressa. La depressione comporta uno stato di tristezza, ma vi sono anche altri sintomi che la compongono, pertanto è sbagliato pensare che tristezza sia uguale a depressione. Mustard può essere molto utile sia nella tristezza che si manifesta negli stati depressivi, sia nella tristezza che può accompagnare la persona in alcuni momenti della sua vita, indipendentemente che questa sia scatenata da una causa precisa.⁹⁶ La Scheffer afferma che *“Non è facile rispondere alla domanda dove stia l'errore nello stato Mustard negativo, perché lo si può considerare da vari punti di vista. Dal punto di vista spirituale, lo si può definire la conseguenza di un distacco dall'unità, una sorta di pianto dell'anima che rimpiange la patria perduta”*.⁹⁷ Mustard è facilmente riscontrabile nelle personalità Gentian per esempio, ma anche un Agrimony o un Chicory può esserne interessato.⁹⁸

⁹⁵ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

⁹⁶ Ricardo Orozco, Op. Cit.

⁹⁷ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

⁹⁸ Ricardo Orozco, Op. Cit.

• Gorse: *“Per un enorme sconforto. Per quelli che hanno abbandonato la fiducia e non credono più che li si possa aiutare. Solo la persuasione degli altri, o per compiacerli, si sottoporranno a diversi trattamenti, ma certi che per loro ci siano pochissime possibilità di miglioramento”*.⁹⁹ Le parole chiave che descrivono questo Aiuto sono disperazione, rinuncia, resa, sconforto. Di fronte alle avversità Gorse getta al spugna. Molte personalità, come per esempio Larch, che sa di essere inferiore agli altri, Mimulus, che è convinto di non valere molto, Centaury, che è stanco di sacrificarsi per gli altri, possono essere soggetti a stati Gorse. Chi soffre di uno stato Gorse sente il problema come conseguenza delle circostanze esterne, sostenendo che chiunque reagirebbe allo stesso modo di fronte ad una difficoltà simile.¹⁰⁰ Gorse si arrende perché vede il problema proveniente dall'esterno troppo gravoso per lui da sostenere, e ciò lo differenzia da chi invece si arrende perché è convinto che sia lui il problema (Larch). Sconfortato, se si impegna in qualcosa, come una cura per esempio, è solo perché viene persuaso da parenti o amici. Il problema è che la resa interiore tende a rafforzare ancora di più la malattia, perché la personalità oppone resistenza passiva agli impulsi costruttivi dell'Io Superiore.¹⁰¹ L'individuo nello stato Gorse non è propenso a lamentarsi, è rassegnato ed ha perso il coraggio e la volontà di provare ancora.

⁹⁹ Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.

¹⁰⁰ Ricardo Orozco, Op. Cit.

¹⁰¹ Mechthild Scheffer, Op. Cit.

Esempio di trattamento Naturopatico con l'impiego della Floriterapia e della Medicina Tradizionale Cinese

Anna, 37 anni - Impiegata

Fortemente possessiva nei confronti della figlia di 1 anno. Gelosa di chiunque presti alla bambina più attenzioni del dovuto. Anche sua madre, che se ne prende cura quando Anna lavora, non può prendere alcuna iniziativa senza il suo consenso: che si tratti di una banale passeggiata, un bagno o darle da mangiare, la donna vuole sempre essere interpellata. Vorrebbe essere la sola ad occuparsi della figlia, le pesa l'idea di doverla lasciare per andare a lavorare.

Vigile su ogni cosa, per sentirsi tranquilla vuole avere il controllo di tutto quello che la circonda. E' convinta che tutti tramino contro di lei e siano pronti ad ingannarla. Non delega mai, anche a casa fa tutto da sola, senza chiedere il supporto di nessuno perché vuole dimostrare che è in grado di fare tutto ed essere perfetta.

Forte rabbia, manifesta aggressività e perde il controllo con chiunque, familiari compresi. Continui episodi di rabbia violenta, anche per piccole cose. Urla, discute, qualche volta è arrivata quasi ad alzare le mani.

Teme sempre che possa accadere qualcosa di brutto ai genitori, al marito ed alla figlia ed ha paura che, una volta cresciuta, sua figlia possa non volerle più bene.

Nelle dinamiche familiari crede sempre che gli altri non tengano in considerazione la propria opinione, che non diano importanza a ciò che ha da dire, preferendo invece il parere di sua cognata (sorella del marito), nei confronti della quale Anna prova un forte astio, al punto tale di non volere che sua figlia si trovi a contatto con la donna quando lei è assente, per

paura che ella possa fare le sue veci o parlare male di lei. Anna considera la cognata una donna stupida ed ignorante.

Oltre ad avere pensieri continui verso la cognata, Anna è ossessionata dai vicini di casa, colpevoli di non aver adempiuto il pagamento delle rate condominiali per anni ma di aver speso molti soldi per l'acquisto di macchine e motociclette. Non tollera questa mancanza di rispetto per le regole (di cui colpevolizza anche l'amministratore condominiale), mentre lei invece ha dovuto sottostare, come gli altri inquilini, al regolare pagamento delle rate. Il racconto non è fine a se stesso perché l'argomento torna ripetutamente, a mo' di ossessione, nei suoi pensieri, generando astio e rabbia.

Da piccola è cresciuta con la nonna perché suo padre e sua madre lavoravano. Non ricorda un gesto di affetto da parte della mamma, una donna molto severa. Quest'ultima, di ritorno dal lavoro, prestava più attenzione alla cugina, di poco più grande di Anna e anch'essa affidata alle cure della nonna. Sostiene di non essersi mai sentita amata, né da piccola né da adolescente, quando i genitori hanno dovuto riversare tutte le loro attenzioni nei confronti del fratello, che da molti anni oramai ha aderito ad una setta religiosa e tempesta la famiglia di telefonate fatte esclusivamente di insulti.

Piano di trattamento

Floriterapia

Cocktail consigliato: Chicory - Red Chestnut - Holly - Cherry Plum - Willow - Vine - Rock Water.

Anna è una donna molto possessiva sul piano emotivo, con smania di protagonismo e tendenza a pensare che tutto debba ruotare intorno alle proprie volontà. I suoi atteggiamenti nascondono una grande paura dell'abbandono e del rifiuto, una forte carenza di affetto e timore di essere sostituita. Ha forte esigenza che le si presti attenzione e che si dia importanza a quello che fa e che pensa. La madre è una figura fondamentale per lei. La sua carenza affettiva ha generato in Anna una grande insicurezza e bisogno di essere amata. Questi elementi denotano una personalità Chicory. La tensione interna che questa insicurezza sul piano affettivo genera, provoca perdita di controllo di tipo Cherry Plum con scatti di ira e rabbia di tipo Holly. L'uso della violenza con la quale la donna si è confrontata ha suggerito l'utilizzo di Vine. La paura e l'apprensione verso coloro che ama, la figlia in particolar modo, mi ha fatto pensare all'utilizzo di Red Chestnut. La convinzione che si tramia sempre contro di lei, i complotti alle sue spalle, le sue interpretazioni distorte mediante le quali giustifica il suo comportamento vigile e sulla difensiva, l'attribuzione delle responsabilità di ciò che le accade agli altri, suggeriscono l'impiego di Willow. Sono tutti contro di lei: i vicini, la cognata, la madre. L'ossessione, il voler essere perfezionista, l'incapacità a delegare che deriva dall'insicurezza e dalla scarsa autostima, l'essere moralista, la necessità che tutti rispettino le regole, lascia pensare a Rock Water.

La situazione complessa e la necessità di dover intervenire per gestire ed arginare degli stati emotivi particolarmente negativi, mi hanno portato a decidere di selezionare la miscela floreale scelta. Generalmente, il cocktail ideale vede la presenza di 5/6 fiori, tuttavia, quando il caso lo richiede, si può arrivare ad aggiungere qualche fiore in più, visto i territori condivisi che molti fiori hanno in comune tra di loro.

Medicina Tradizionale Cinese e Shiatsu

- Shiatsu sulle aree di riflesso dell'addome con particolare attenzione alle aree di riflesso del Cuore, Fegato, Reni e Milza;
- Shiatsu sui Meridiani Yin delle gambe;
- Ren Mai: stimolazione del punto 7P (Punto Chiave) e percorso del Meridiano;
- Du Mai: stimolazione del punto 3IT (Punto Chiave) e percorso del Meridiano;
- Stimolazione del punto 21R, Punto del Fegato Ministro;
- Stimolazione del punto 14RM, Punto Cuore Centro.

La scelta del Ren Mai è dovuta alla tendenza della donna di farsi carico di tutto e tutti e ad essere eccessivamente preoccupata che possa accadere qualcosa di spiacevole ai suoi cari. Inoltre ha un rapporto conflittuale con la madre.

L'attitudine di Anna a voler controllare e governare tutto quello che la circonda è un chiaro sintomo di una disarmonia a carico del Du Mai.

Gli individui con una turba del Fegato Ministro hanno difficoltà a gestire la propria aggressività, pertanto possono essere facili alle esplosioni di collera e violenza, con reazioni sproporzionate alle sollecitazioni.

Il Cuore Centro è stato preso in considerazione in quanto la donna, vedendo le sue incontrollabili reazioni di collera ed ira, consapevole delle ossessioni di cui soffre e dalle quali non riesce a liberarsi, si dispera, affermando che non riesce più a riconoscere se stessa.

Valutazioni in fase di trattamento

La prima volta che ho incontrato Anna mi sono trovata di fronte una persona priva di luce negli occhi. I suoi racconti, in cui lei si descriveva come vittima di persone che volevano il suo male, erano contornati da pianti continui. Fatta eccezione per la figlia ed il marito, Anna pareva, a detta sua, essere circondata da persone pronte a farle ogni tipo di torto: la mamma, la suocera, la cognata, le colleghe di turno, i vicini di casa, e così via. A seguito della gravidanza, il compito principale che Anna si era assegnata, era quello di proteggere la figlia di 1 anno dalle attenzioni, a detta sua, eccessive di suocera e cognata e dalla possibilità che queste due inculcassero alla bambina la convinzione che Anna fosse una pessima madre. Nei momenti di lucidità mi domandava cosa le provocasse tutta questa ira, questa rabbia che sentiva montare dentro, visto che, quando era piccola, era timida ed insicura di ogni cosa, quindi poco propensa a reagire.

Nel corso dei vari trattamenti, grazie alla somministrazione dei fiori di Bach ed alla Medicina Tradizionale Cinese, è iniziato ad emergere un quadro più chiaro. Anna sosteneva di aver sofferto molto da bambina per aver ricevuto poco amore: una madre troppo severa ed anaffettiva, due genitori molto più propensi a dedicarsi ad un fratello problematico che ad una ragazzina troppo sensibile. Anna ha cominciato a capire che la forte insicurezza che fa ancora parte di lei è la conseguenza del fatto che i genitori non sono stati in grado di infonderle fiducia in se stessa, di rassicurarla, e che la madre, in particolar modo, non le abbia manifestato l'affetto che lei avrebbe desiderato. Man mano che procediamo con i nostri incontri, Anna mi comunica che è riuscita ad affrontare alcune situazioni “critiche” senza perdere il controllo, come invece accadeva in passato, provando a ragionare su quanto le stava capitando e, principalmente, sui suoi stati d'animo. Parla con la madre, dicendole che è stata troppo severa

quando lei era piccola, che la donna avrebbe dovuto comprendere che Anna era una bambina sensibile e che, nonostante i problemi con il fratello, avrebbe dovuto tener conto anche dei suoi sentimenti.

In lei sente ancora salire una grande rabbia quando le cose non si mettono come vorrebbe e talvolta non riesce a contenerla.

Con il passare del tempo e dei trattamenti, Anna inizia pian piano ad essere consapevole che le congetture che vede intorno a sé, quelle che le creano forte rabbia e risentimento, sono, molto spesso, farina del suo sacco. E' lei a creare il caso, a vedere cose che non esistono, a reagire male, anche se fondamentalmente non c'è alcuna valida ragione.

Vorrebbe non essere così, ma non riesce a cambiare.

Oggi sicuramente vedo in lei una persona più vitale e soprattutto più consapevole di chi è. La forza di Anna sta nella volontà di voler uscire da certe dinamiche negative, e si sta impegnando molto.

Il trattamento è in itinere ed in questa fase si può prendere in considerazione di lavorare anche sul Chong Mai per promuovere il cambiamento in questo processo evolutivo profondo che Anna sta affrontando.

Conclusioni

La Medicina Tradizionale Cinese e la Floriterapia rappresentano due meravigliosi strumenti in grado di preservare e ripristinare lo stato di salute di ciascun individuo.

L'allontanamento dalla propria Via; la separazione delle tre grandi componenti umane, Mente, Corpo e Spirito; l'esclusiva importanza al Corpo, senza comprendere il collegamento fondamentale che esso ha con le altre due parti; essere sordi alle direttive della propria Anima; tutto ciò si traduce in una sola parola: malattia.

Nell'ambito di una valutazione energetica, atta a comprendere il tipo di trattamento da dover utilizzare per ripristinare lo stato di salute dell'individuo, potremmo riscontrare sintomi relativi ad una disarmonia di uno o più Meridiani Straordinari, ma potremmo rilevare anche sintomatologie a carico di uno o più ZangFu. Oltre ai fiori descritti in questo testo, potremmo quindi avere la necessità di utilizzare anche altri rimedi floreali che non trovano uso nel trattamento dei Meridiani Straordinari, come Star of Bethlehem, Wild Rose, Larch, Pine, Sweet Chestnut, White Chestnut, Olive, Vine, Beech, Hornbeam, Oak, Cherry Plum ed Aspen. E' sempre importante, infatti, considerare la totalità dei sintomi di ciascun individuo, e ricordare che la mente umana è molto complessa, pertanto, l'impiego di un'essenza potrebbe richiedere il supporto di altre essenze. L'olismo ci insegna che ogni individuo è unico ed irripetibile, così come lo sono le emozioni e gli stati d'animo che lo riguardano. Alcuni individui con personalità Vervain possono sviluppare delle particolari caratteristiche ed aver bisogno del supporto di determinate essenze floreali; altri individui, sempre con personalità Vervain, possono generare altre peculiarità, necessitando quindi di altri tipi di essenze.

*Non so dove vado, ma so con chi vado.
Non so dove sono, ma so che sono in me.
Non so cosa sia Dio, ma Dio sa che cosa sono.
Non so che cosa sia il mondo, ma so che è mio.
Non so quanto valgo, ma so non fare paragoni.
Non so che cosa sia l'amore, ma so che godo della sua presenza.
Non posso evitare i colpi, ma so come sopportarli.
Non posso negare la violenza, ma posso negare la crudeltà.
Non posso cambiare il mondo, ma posso cambiare me stesso.
Non so che cosa faccio, ma so che sono fatto da ciò che faccio.
Non so chi sono, ma so che non sono colui che non sa.*

Alejandro Jodorowsky

Bibliografia

- Angelica Visconti, Antonella D'Alessio, *Medicina Tradizionale Cinese 1. Fondamenti filosofici e di energetica*. 10° Edizione - gennaio 2015.
- Angelica Visconti, Antonella D'Alessio, *Medicina Tradizionale Cinese 2. Fisiopatologia*. 9° Edizione - settembre 2011.
- Angelica Visconti, Antonella D'Alessio, *Medicina Tradizionale Cinese 3. Etiologia, patogenesi, semeiotica, trattamento*. 10° Edizione - settembre 2012.
- Giovanni Maciocia, *I fondamenti della medicina cinese*. Edra, Masson.
- Larre, F. Berbera, *Filosofia della Medicina Tradizionale Cinese*. Jaca Book, 1997.
- Antonella D'Alessio, *La Floriterapia secondo Edward Bach*. 1° Edizione - novembre 2007.
- Roberta Villani, Materiale didattico fornito durante il corso sulla "Floriterapia", Anno Accademico 2017/2018.
- Edward Bach, *I Dodici Guaritori e altri rimedi*. The Bach Centre, 2011.
- Edward Bach, *Le Opere Complete*. Macro Edizioni, 2002.
- Ricardo Orozco, *Fiori di Bach - 38 descrizioni dinamiche*. Edizioni Centro di Benessere Psicofisico.
- Mechthild Scheffer, *Il grande libro dei fiori di Bach. Guida completa teorica e pratica alla floriterapia di Bach*. Corbaccio Editore.