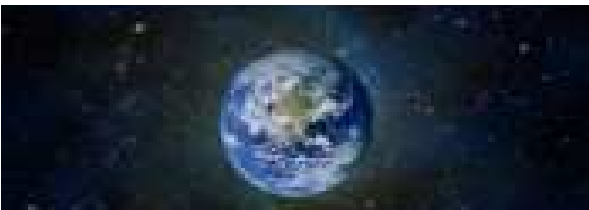




Il mondo dei fiori

notiziario online

giugno 2012



QUANDO LA TERRA TREMA

La terra non si calma, continuano le scosse sismiche anche meno gravi, ma la paura rimane.

Ansia, angoscia e terrore impediscono ai residenti di rientrare nella propria casa anche se non danneggiata. La rabbia nei confronti di un evento incontrollabile, l'incertezza per il domani, che blocca una progettazione della vita e una sensazione di impotenza, sono emozioni che possono tormentare in una situazione così violenta. Con la floriterapia si può offrire un sostegno nell'emergenza. "Rescue" è naturalmente il fiore più indicato, da prendere immediatamente come pronto soccorso, poi si possono aggiungere altri rimedi e creare una combinazione personalizzata. Possono essere considerati Rock Rose, essenziale per affrontare il panico e la paura di morire, White Chestnut se l'angoscia tormenta e non lascia più dormire. Se l'ansia chiude lo stomaco causando nausea, Aspen può dare sollievo. Le tragiche conseguenze causate del terremoto, come la perdita della casa o di una persona cara o un incidente grave, richiedono il supporto di Star of Bethlehem per il trauma e Sweet Chestnut per continuare a vivere affrontando la triste realtà. Olive aiuta ad avere la forza fisica per andare avanti e Larch a trovare la fiducia nella possibilità di riuscire a ricostruire. Pensiamo anche a Red Chestnut per alleggerire la preoccupazione per i propri cari e Gentian per non perdere le speranze. Se tremano le gambe, gira la testa o si è perso l'equilibrio interiore è Scleranthus che può essere affiancato agli altri fiori.

Questa è solo un'indicazione generale perchè, ovviamente le situazioni vanno viste caso per caso, ma può essere un buon punto di partenza.

Il nostro pensiero e il nostro augurio vanno a chi è stato colpito in modo così drammatico e segnaliamo che com'è accaduto nel terremoto dell'Abruzzo il Registro Italiano Floriterapeuti si sta organizzando per offrire un sostegno con l'ausilio dei rimedi floreali.

Luca Pietrantoni, professore di Psicologia dell'emergenza ha scritto l'opuscolo "Quando il terremoto continua. Strategie per gestire la paura e lo stress durante lo sciame sismico", un piccolo prontuario di sopravvivenza.

[http://emergenze.psice.unibo.it/board/news/opuscolo - quando il terremoto continua](http://emergenze.psice.unibo.it/board/news/opuscolo_-_quando_il_terremoto_continua)

Gabriele Krause

*Medico, esperta in Floriterapia e Omeopatia
Presidente dell'Unione di Floriterapia
vocefiori@tiscali.it*



“La terra non appartiene all'uomo, è l'uomo che appartiene alla terra.”

Capriolo Zoppo (nativi americani)



L'AIUTO DI ROCK ROSE NEI MOMENTI DI DIFFICOLTÀ

Mai è stata così attuale come in questo periodo l'essenza floreale di Rock Rose.

Tra le preoccupazioni economiche, le bombe davanti alla scuola ed infine le calamità naturali ci troviamo tutti in uno stato d'animo (chi più chi meno) di profonda insicurezza, inquietudine e terrore.

***Helianthemum nummularium* (Rock Rose)**

Pianta perenne con portamento lasso, ceppo ramificato con frequenti stoloni, fusti striscianti che si rialzano solo negli apicali, glabri e raramente tomentosi; foglie di colore verde, ovato-lanceolate, a volte ricoperte da peli, con bordo revoluto, le cauline, rade, ciliate ai bordi, con stipole più lunghe del picciolo, le inferiori ovate-orbicolate, i fiori di colore giallo o arancione, portano 5 petali e sono in cime apicali a coppie e a volte raggruppati in più esemplari, portati da fusti eretti e arrossati, con un calice di tre sepal, di colore verde-giallastro striati di marrone; i frutti sono capsule ovoidali-globose, densamente pelose, contenenti piccoli semi marrone-rossiccio. Fiorisce su tutto il territorio italiano da maggio a ottobre, a seconda del clima, da quota 0 a 2500 m s.l.m., in pascoli e prati aridi, bordi boschivi, fessure rocciose.

Rock Rose è uno dei fiori usati nella preparazione del Rescue Remedy ed è indicato per **quando si prova terrore**, in particolare quando ansie (per cause note o sconosciute) raggiungono il grado di terrore.

L'essenza floreale aiuta in tutte le situazioni in cui **siamo assaliti** da una paura folle che ci impedisce di pensare lucidamente. La paura di tipo Rock Rose è spesso accompagnata da sintomi fisici quali fiato corto, cuore in gola, incapacità di muoversi o reagire. Inoltre, è un rimedio di pronto soccorso usato in caso di incidenti, **stati di shock**, angoscia molto forte e **attacchi di panico**. Il fiore è utile anche per chi soffre di incubi e si sveglia angosciato.



Rock Rose stimola la nostra riserva interiore di coraggio e risolutezza, per questo motivo Bach ne consiglia l'uso in tutte le situazioni di emergenza. Se ci troviamo in uno stato Rock Rose negativo qualsiasi imprevisto anche oggettivamente non grave, ci apparirà minaccioso. Fortunatamente nella maggior parte dei casi i problemi che stanno all'origine delle paure Rock Rose sono solo temporanei. Rock Rose fa parte del Rescue Remedy e dei dodici guaritori. La sua azione è rapida, per cui qualunque sia il problema all'origine della paura saremo velocemente in grado di affrontarlo.

Piera Strazzalino
 Floriterapeuta
piera.strazzalino@fastwebnet.it

**immagine: Rock Rose*



“Vivi come se dovessi morire domani. Impara come se dovessi vivere per sempre.”

M. Gandhi





DALL'INSICUREZZA ALLA SAGGEZZA....SOTTO IL "SEGNO" DI CERATO

Da quando il Sole, il 20 maggio scorso è entrato nel segno dei Gemelli congiungendosi alla Luna (novilunio), è iniziato un nuovo ciclo che rimanda a contatti, comunicazione, parole scritte e parlate, spostamenti brevi, insomma a tutto ciò che riguarda l'energia del segno

di Mercurio, pianeta d'aria (di terra nella Vergine), e quindi al pensiero razionale e mobile. Un pensiero che sebbene esprima un talento nella capacità di percepire subito la sintesi di un testo o di un discorso, a volte corre così veloce da lasciare agli altri, e spesso anche a se stessi, l'idea che non riesca a penetrare mai il significato profondo delle cose, restando sempre in superficie e contentandosi di appagare la curiosità per un sapere, senza appropriarsene mai completamente. Di qui la menzionata superficialità dei Gemelli e quel senso di inadeguatezza oltre che di insicurezza tipico del segno soprattutto quando un pianeta come Marte, da molti mesi in quadratura (aspetto disarmonico) dalla Vergine, l'altro domicilio di Mercurio, li sfida, e provoca a impegnarsi sul piano dell'azione oltre che del pensiero.

Non è un caso forse che Cerato, il Guaritore assegnato al segno dei Gemelli già dall'osservazione e dagli studi di E.Bach, abbia origine in Tibet al confine con la Cina, un paese di rare suggestioni e di Spiritualità e, importato in Inghilterra grazie alle spedizioni di un botanico inglese, sia stato percepito come il rimedio adatto a riequilibrare la natura gemellina per ridarle sicurezza, centratura, capacità di mettersi in ascolto di sé stesso e degli altri, fidandosi del proprio istinto.

Cerato riesce infatti ad aprire quella porta di accesso alla saggezza da cui molto spesso sembrano vivere dissociati i nativi nel segno mostrandosi insicuri e voraci di conferme o per contrappeso, presuntuosi e pretenziosi in una loquacità a volte eccessiva anche se esperta, facilitata dal domicilio di Mercurio. Questo rimedio restituisce dunque al primo dei segni "umani" (i gemelli) la sua specifica potenzialità, quella del pensiero e della parola sapiente ma umile, ispirata e ispirante, del consiglio e dell'ascolto amorevoli, con il talento di pronunciare anche solenni verità in modo semplice, leggero ma efficace, mai banale, conservando la freschezza tipica del puer.

Il "bambino saggio" potrebbe essere l'immagine che rappresenta meglio l'effetto di Cerato sull'anima Gemelli. E si sa che in tutte le tradizioni alchemico/esoteriche è l'innocenza che consente la scoperta dei segreti di Madre Natura e quindi, la vera guarigione. Il simbolo (maschio e femmina) rappresenta anche l'unione d'anime, la fratellanza, e come segno doppio l'oscillazione tra il bene e il male, la capacità di penetrare gli abissi dell'inconscio (l'Ade) e di tornare a riveder le

"Stelle" (Mercurio Psicopompo), il guaritore alchemico, se la paura di vivere l'aspetto d'ombra non blocca l'accesso a quella che è la più grande potenzialità del segno...essere

messaggero dei lati oscuri della vita che spesso preferiamo non vedere ma con cui dobbiamo confrontarci per aspirare a trovare la nostra identità. Cerato, il fiore della conoscenza saggia aiuta a reintegrare gli opposti, a dare compattezza e a far luce nelle contraddizioni della vita. Per tutti è tempo di Cerato quando si sente di aver perso la strada, o quando non la si vuole perdere dopo averla trovata, per mantenere la direzione, o quando si sente che circostanze esterne potrebbero interferire col percorso dell'Anima...il grande Guaritore per realizzare il Sé.

MariaTeresa Zilembo
 Floriterapeuta
 urano30@libero.it



“Si nasce sempre sotto il segno sbagliato e stare al mondo in modo dignitoso vuol dire correggere giorno per giorno il proprio oroscopo.”

Umberto Eco, *Il pendolo di Foucault*, 1988

DIFENDERE IL PROPRIO SPAZIO



La cistite è un'infezione della vescica urinaria che colpisce una donna su tre in un'età compresa tra i 20 e i 50 anni. Sebbene non sia un'infezione grave, questo disturbo influisce notevolmente sulla vita di chi ne soffre a partire dalla fisiologica minzione, ai rapporti sessuali e al tono dell'umore.

Generalmente le cause di questa infezione sono ricercate in aggressioni batteriche oppure in traumi di origine sessuale, sebbene una lettura psicosomatica possa dare un prezioso contributo per la risoluzione di questo fastidio.

Vi racconto allora la mia esperienza.... perché penso che valga più di mille parole!

Una mattina di maggio, mi sono svegliata con i fastidiosi sintomi di questo disturbo: necessità impellente di urinare, sensazione di svuotamento incompleto, forte bruciore, brividi e nausea.

La prima cosa a cui ho pensato è che quando vi è un'infezione nel nostro corpo, vi è anche un conflitto. E per prendere coscienza della natura del conflitto, è molto utile comprendere in quale parte del corpo si manifesta il sintomo.

La vescica è una sacca in cui si raccoglie l'urina e ricopre la funzione di eliminazione dei liquidi di scarto attraverso la minzione. Negli animali è molto evidente come l'eliminazione dei liquidi ricopra anche una funzione di demarcazione del territorio. Mi sono allora fermata ad ascoltare i sintomi del mio corpo e questi mi hanno portata a contattare la mia rabbia: il fuoco dell'infiammazione mi riportava al fuoco di una rabbia repressa. Ho quindi associato la mia rabbia al territorio e ho avvertito immediatamente una sensazione di soffocamento. Avevo fatto centro!! Eccola lì... bella chiara: la sensazione di invasione dei miei spazi personali e la rabbia per non riuscire a rimarcare i miei confini. Tra i tanti rimedi o tecniche naturali per aiutarmi, ho preferito ricorrere alla floriterapia anche perché mi sembrava ci fosse un ulteriore legame simbolico tra la memoria del liquido contenuto nelle boccette e i liquidi infuocati nel mio corpo.



Ho scelto la combinazione di due fiori: Holly (specificatamente per la rabbia) e Crab Apple (per la purificazione). Ho poi riempito la mia vasca da bagno con acqua molto calda, per altro elemento base nella creazione dei fiori.

Ho lasciato cadere 20 gocce di ciascun fiore in punti diversi della vasca e ho mescolato con la mano con movimenti rotatori, in senso orario. Così facendo ho impresso nell'acqua della mia vasca la memoria dei fiori versati e mi ci sono immersa per 10 minuti.

La muscolatura, anche quella pelvica, ha iniziato a rilassarsi. E il cambiamento si è fatto notare subito: nella mia mente si è affacciato il motivo di una vecchia canzone che dice così....." la senti questa voce, chi canta è il mio cuore, amore amore amore, e` quello che so dire, ma tu mi capirai".

Naturalmente ho continuato a prendere i due fiori per tutto il giorno, ma sapevo che dentro di me il fuoco della rabbia si stava spegnendo e così pure quello della cistite.

Susanna Lupoli
 Naturopata in formazione
 susannalupoli@hotmail.com

**immagine: Holly*



"L'allegria è l'ingrediente principale nel composto della salute."

Arthur Murphy, *The Apprentice*, 1756

Se avete qualche caso interessante risolto con i fiori, scrivetelo e saremo lieti di pubblicarlo, oppure segnalatecelo e verrete intervistati.

Scrivete a: redazione@vocefiori.com

SOLLIEVO E BENESSERE PER LE GAMBE



L'insufficienza venosa rappresenta un problema diffuso. Le vene hanno il compito di riportare il sangue al cuore, risalendo contro la forza di gravità, aiutate solo da un sistema di valvole che impediscono al sangue di refluire in senso contrario. Se le vene perdono elasticità il sangue risale a fatica, ristagna verso il basso e determina gonfiore, pesantezza, formicolio e capillari.

Come contrastare questi disturbi? Possiamo aiutarci camminando almeno mezz'ora al giorno, controllando il peso, cercando di non rimanere fermi a lungo in una posizione statica, assumendo estratti di erbe officinali.

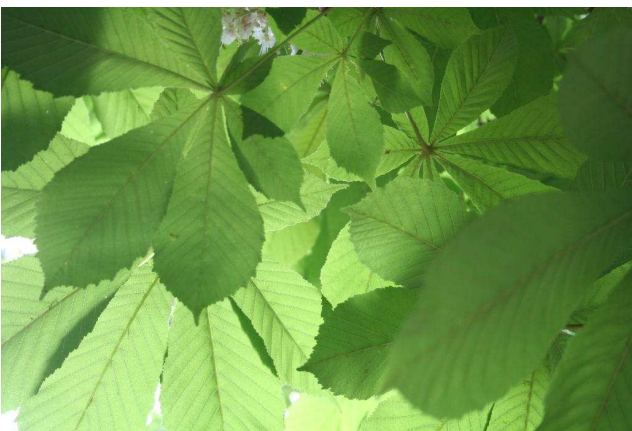
Il Sorbo è un grande rimedio perché è decongestionante e tonifica le pareti delle vene; è indicato per il gonfiore delle caviglie. Se oltre al gonfiore c'è pesantezza è utile il Castagno per le sue qualità drenanti.

Le gemme di questa pianta eliminano anche i crampi da stasi linfatica agli arti inferiori. Associato alla linfa di Betulla è un aiuto anche per la cellulite che si forma per una cattiva circolazione.

Complementare del Castagno è l'Ippocastano che ha un'azione vaso-costrittrice e antinfiammatoria.

I principi attivi contenuti nel macerato di gemme fresche diminuiscono la viscosità del sangue venoso evitando così la formazione di nodosità e capillari.

Gli estratti di queste piante benefiche sono macerati glicerici che si diluiscono in acqua e si bevono 30/40 gocce 2/3 volte al giorno.



La sensazione di calore, il senso di pesantezza possono essere alleviati applicando creme o gel di Amamelide e Centella; oppure usiamo il gel di Aloe come base e aggiungiamo questi Fiori di Bach: Chicory e Willow per decongestionare e Hornbeam e Centaury come tonificanti.

Applichiamo il gel all'inizio di giornata e la sera, massaggiando dal piede e risalendo lungo tutta la gamba.

Se a fine giornata c'è dolore aggiungiamo al gel rinfrescante qualche goccia di Elm.

Valeria Romanini
Erborista, floriterapeuta
aliceblu@tiscali.it

**immagine: Aesculus hippocastanum*



Libri consigliati

Luca Pietrantoni, professore di Psicologia dell'emergenza ha scritto l'opuscolo "**Quando il terremoto continua. Strategie per gestire la paura e lo stress durante lo sciame sismico**", un piccolo prontuario di sopravvivenza.

http://emergenze.psice.unibo.it/board/news/opuscolo_-_quando_il_terremoto_continua

Fragile Earth, un libro racconta la terra.

Edizione italiana: "Pianeta fragile" - De Agostini, Immagini "prima e dopo" di un mondo in pericolo.

<http://www.repubblica.it/2006/05/gallerie/scienzaetecnologia/fragile-terra/21.html>

Erbe che Curano, Autori vari, Giunti Edizione. Indicazione per conoscere le proprietà terapeutiche, informazioni sui tempi di raccolta e tecniche di utilizzo delle varie parti di una pianta medicinale: essenze, principi attivi, tisane, liquori, unguenti e il ricettario delle erbe selvatiche.

Il Canto degli Alberi, Mariella Cornelia Giordani, Eifis Edizioni. Manuale di fitoterapia energetica. L'osservazione della natura, la fiducia nella vita e nelle indicazioni che essa stessa ci fornisce per ritrovare la strada della salute. Una semplice tecnica per estrarre dagli Alberi Frassino, Nocciolo e Sambuco ed altre le energie utili alla guarigione.

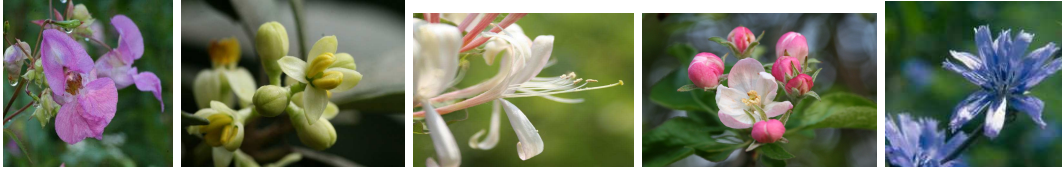
Le tisane terapeutiche fonte di benessere- Luciano Zambotti – Ed. Tecniche nuove.

Un manuale di 432 pagine che raccoglie la pluriennale esperienza di un medico esperto di scienza dell'alimentazione, fitoterapia e medicina tradizionale tibetana. Oltre alle 500 tisane che agiscono sui più svariati disturbi vengono aggiunti consigli sull'alimentazione più adatta per ogni caso e sullo stile di vita.

Molto utili le indicazioni sulle controindicazioni e le reazioni avverse delle piante medicinali e le interazioni con i farmaci di sintesi.

Se avete qualche caso interessante risolto con i fiori, scrivetelo e saremo lieti di pubblicarlo, oppure segnalatecelo e verrete intervistati.

Scrivete a: redazione@vocefiori.com



Sono pronte le immagini dei 38 Fiori di Bach della Dott.ssa Gabriele Krause, medico ed esperto in Floriterapia e medicina naturale.

Fondatrice e presidente dell'Unione di Floriterapia, responsabile didattico della Scuola triennale di Formazione in Essenze Floreali. Nel suo amore per la natura, Gabi Krause si è concentrata sulla ricerca della lettura del linguaggio delle piante "la segnatura".

I CD sono ideali per proiezione didattiche o per studio personale e uso privato. La vendita non include il copyright delle singole fotografie.

CD con 38 IMMAGINI DEI 38 FIORI DI BACH
CD con 76 IMMAGINI DEI 38 FIORI DI BACH
CD con 150 IMMAGINI DEI 38 FIORI DI BACH
 Promozione di lancio

Tel. 338 6067653, 02 4699442 – vocefiori@tiscali.it



Varie

- ✓ **Nasce la pagina FACEBOOK dell'Unione di Floriterapia.**
Clicca su "mi piace" ed entra anche tu a far parte dell'affascinante mondo dei Fiori. Ti aspettiamo.
- ✓ **L'Unione di Floriterapia sta organizzando uno Sportello di Emergenza** floriterapia per aiutare le persone in crisi dovuto alla situazione economica generale del paese. Ulteriori informazioni: Patrizia 348 7735781

Appuntamenti 2012

✓ **Corso Triennale di Formazione e Ricerca in Floriterapia**

Corso triennale di 8 Week end: I primi due week end sono aperti a chi desidera approfondire la conoscenza dei 38 Fiori di Bach senza proseguire nella formazione triennale. Per ulteriori informazioni tel 338 6067653 o 024699442 Gabi

<http://www.unionedifloriterapia.it/>

✓ **Il Fiore Tipo e i fiori Californiani: incontri domenicali con Gabi Krause**

Dalle ore 10.00 alle 13.00

Domenica 30 settembre 2012: polarità Vervain – Water Violet; in relazione all'asse zodiacale Leone - Acquario

Luogo: Via Washington 98 per ulteriori informazioni tel 338 6067653 o 02 4699442 Gabi <http://www.unionedifloriterapia.it/>

✓ **SCUOLA FIORI CALIFORNIANI: Concetto dei Meta – Livelli e i suoi rimedi**

introduce la tematica Donatella Tordoni, unica docente autorizzata dalla FES per l'insegnamento del sistema dei Meta-Livelli.

Domenica, 30 settembre 2012 - dalle 9.30 alle 18.00

(Le precedenti lezioni si sono svolte: 14-4, 12/13-5, 17-6)

Luogo: Via Washington 98 – Milano - per ulteriori informazioni tel 338 6067653 o 02 4699442 Gabi <http://www.unionedifloriterapia.it/>

Per maggiori informazioni sui corsi e seminari, consulta il sito:

<http://www.unionedifloriterapia.it/>



UNIONE DI FLORITERAPIA

Via Fausto Coppi 1 – 20081 Abbiategrasso/MI

Tel/fax 02 4699442

www.unionedifloriterapia.it info@unionedifloriterapia.it

Redazione Notiziario:

Coordinamento e revisione: Luciana Alagna, lucianala@libero.it

Se vuoi ricevere il notiziario, iscriviti a: redazione@vocefiori.com