Il mondo dei fiori

notiziario online novembre 2013

SOMMARIO:

- Grazie a Patrizia e Richard
- Testimonianze
- Elemento terra nella lettura dei fiori
- Depuriamoci dalle preoccupazioni
- Restare coi piedi per terra
- L'avidità distrugge l'amore e la fiducia
- Le ossa: nostro sostegno fondamentale
- Libri consigliati
- Varie
- Appuntamenti 2013

GRAZIE A PATRICIA E RICHARD

Il Seminario Professionale Avanzato in Floriterapia tenuto da Patricia Kaminski e Richard Katz a Chiesa Valmalenco alla fine di settembre ha dimostrato ancora una volta quanto i creatori dei fiori californiani riescano a coinvolgere quando trasmettono i loro preziosi insegnamenti. Sessanta persone venute da ogni parte d'Italia e dall'estero hanno seguito con il massimo interesse le lezioni della coppia. Sono stati cinque giorni intensi, impegnativi ed emozionanti. E ne parlano alcune fra le testimonianze che ci sono arrivate e che pubblichiamo. Ancora un grazie a Patricia e Richard per il dono che ci hanno fatto con la loro presenza.
La redazione

TESTIMONIANZE:

MERAVIGLIA E MERAVIGLIE DAL SEMINARIO FES

Care amiche e amici dei Fiori,
voglio rispondere all'invito dell'Unione e condividere con voi la mia esperienza con Patricia e Richard. Mi sembra di aver vissuto in un sogno, un breve, lungo intervallo di tempo regalato dalla vita in coincidenza con il mio compleanno, per immergermi nel mondo delle essenze floreali e rinnovare la mia passione per i Fiori. Nonostante i lunghi anni di studio e di lavoro, ho avuto l'impressione, mai come in quest'occasione, di essere riuscita a mettere in contatto intimamente il loro messaggio e a coglierne l'assonanza con gli "umori" umani. Fortissima e indimenticabile l'esperienza con il Larch, la percezione dell'anima

della pianta e la comprensione del metodo per risalire dalla segnatura e dalla contemplazione interiore all'emozione e alle qualità corrispondenti.
Bellissimo e importante il lavoro che è possibile fare con i sogni e con i mondi "paralleli" per facilitare il contatto con il nostro Sé Superiore e accompagnare in modo sereno e naturale il distacco dell'anima nel momento del trapasso.
Il collegamento dei livelli MetaFlora agli archetipi planetari è stato uno degli aspetti più attraenti ed efficaci per me che da anni studio e pratico l'Astrologia come strumento di conoscenza di Sé; credo che possa svilupparsi ancora con riferimento alle tipologie zodiacali per aiutarsi e aiutare a trovare più facilmente le proprie personali essenze.
Anche i momenti di confronto e di scambio con l'altro su alcuni temi trattati sono stati interessanti e proficui nonostante i tempi stretti. E' difficile nel nostro quotidiano darci un'opportunità come questa che spesso è delegata solo in un ambito prettamente terapeutico, mentre a volte, alcuni aspetti di noi possono emergere anche in modo più rapido e naturale, come credo sia avvenuto durante i nostri colloqui. L'ultimo giorno la mia compagna di lavoro è riuscita anche a donarmi il nome del fiore che l'era arrivato durante la notte per me seguendo le indicazioni di Patricia. Dunque, davvero tante sconosciute possibilità di aiutarsi con i Fiori a scoprire parti di noi e a risanarle in modo semplice, naturale e innocuo… come diceva E. Bach
Al mio ritorno ho iniziato a sperimentare la formula "Mind Full"…ne ho avuto bisogno per rientrare nella routine e in tutto ciò che reclamava la mia attenzione mentre ero ancora assorbita in altri Universi. Sarebbe bello condividere effetti e sensazioni di tutte le numerose essenze FES per aiutarci nella nostra pratica terapeutica. Mi ha fatto immenso piacere rivedere le amiche dell'Unione e conoscerne nuove…tanti spunti e sinergie che potranno ancora emergere da quest'unica e magica esperienza con Richard e Patricia…avevo sentito parlare molto di loro da chi li aveva conosciuti ed ora capisco il perché!
Concludo con un grazie di cuore a Gabi e a tutto il Direttivo dell'Unione che si è prodigato perché il sogno diventasse realtà. A presto dunque con nuove e appassionanti immersioni nel mondo dei Fiori!

Maria Teresa Zilembo
Floriterapeuta
urano30@libero.it

INCREDIBILE DISPONIBILITÀ

Il seminario in Valmalenco è stato a dir poco stupendo! Tanti i temi trattati, tante le emozioni in gioco da parte di tutti i partecipanti. Momenti intensi che ci hanno fatto avvicinare maggiormente con le persone conosciute e che ci hanno fatto condividere esperienze con "iniziali estranei", diventati subito dopo "fratelli e sorelle di percorso". Incredibile la disponibilità di Kaminski e Katz mai stanchi di spiegare e di mettere energia, mai senza una parola per qualcuno!
Solo grazie. A tutti.

Tiziana Bradi
diplomanda in floriterapia

REGALO UNICO E PREZIOSO

Il meraviglioso panorama di Chiesa Valmalenco ci da il benvenuto tra montagne e i folti boschi. Ognuno con le proprie emozioni ed aspettative si prepara ad incontrare il magico mondo delle Essenze Floreali in un contesto unico ed irripetibile. Una grande sala conferenze accoglie sessanta persone, pronte ad affrontare non solo un corso di floriterapia, ma un'esperienza di vita, guidati dai grandi Patricia Kaminski e Richard Katz. Forse molti di noi aspettavano l'ingresso di due Star ed è stato incredibile

scoprire l'umiltà, la semplicità e la genuinità di una coppia così spontanea ed affiatata.

La loro esperienza ci ha condotti in un viaggio profondo verso la conoscenza dei fiori e di noi stessi, stimolando i nostri sensi e la fantasia. Il carico emotivo, accompagnato dalle concentratissime ore di lezione, non è stato facile da sostenere, ma la consapevolezza e l'aiuto dei compagni presenti al seminario, ha trasformato tutto in un regalo unico e prezioso da portarci a casa.

Guardarsi attorno e capire che altre persone come te credono nelle essenze e nel loro potere di guarigione ti aiuta ad allargare le tue prospettive, riconoscendo fino in fondo le proprie scelte. È molto difficile spiegare la bellezza di un seminario di questo genere e oltre al profondo lavoro fatto attraverso i Livelli MetaFlora e all'esperienza straordinaria di Patricia, credo che ognuno di noi abbia portato con sé un nuovo seme da far sbocciare sul proprio cammino. Non abbiamo avuto l'occasione di conoscere il grande Edward Bach, ma grazie a Patricia Kaminski , Richard Katz e alle nostre insegnanti dell'Unione di Floriterapia ci è stata data la possibilità, in un'epoca nuova e culturalmente molto diversa, di riportare i grandi insegnamenti di un uomo, che con la semplicità di un fiore, ha conosciuto nel profondo l'animo umano.

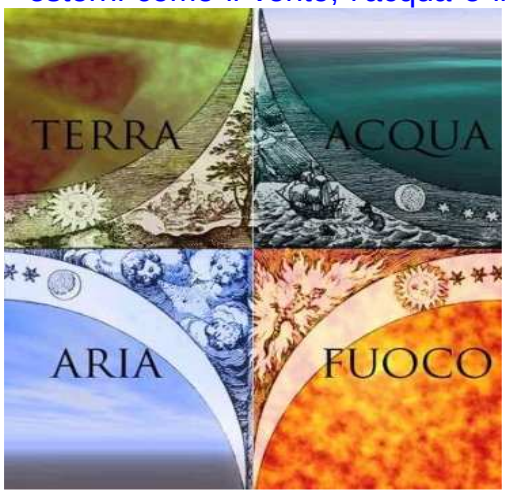
Daniela Contaldo
diplomanda in floriterapia

"Tutti pensano a cambiare l'umanità ma nessuno pensa a cambiare se stesso."

Lev Tolstoi

ELEMENTO TERRA NELLA LETTURA DEI FIORI

Nella pianta possiamo ritrovare tutti i quattro elementi: terra, acqua, aria e fuoco. Secondo la loro presenza si possono interpretare i lati emotivi con i quali ha affinità.
Vorrei farvi riflettere sull'elemento terra: è solida e si può toccare. Se ne buttiamo un po' in aria, cade di nuovo giù, vuol dire che risponde alla gravità. Al contrario dell'elemento aria che sale in alto e che non si fa toccare. Il cristallo, compatto e indurito dalla pressione attorno è un esempio dell'elemento. La sua forma dipende dall'ambiente e dagli elementi esterni come il vento, l'acqua e il calore. La terra rappresenta qualcosa di solido, che dà sostegno, che permette di stare in piedi e di affrontare il mondo in modo eretto. Possiamo chiederci com'è il nostro rapporto con la terra, come siamo radicati, com'è il nostro rapporto con le nostre radici, le nostre origini.



Anche nel mondo vegetale esiste la pianta fortemente radicata, come per esempio il fittone della Cicoria o le radici della Clematide vitalba. Nella pianta Chicory si rispecchia la personalità dello stato d'animo di difetto. Ritroviamo l'attaccamento alla materia e il suo attaccamento morboso alla persona, l'indurimento nella rigidità del carattere e dei concetti di vita, l'amaro delle sue radici riporta alla sua tendenza a reagire amareggiata. Per controbilanciare tale carattere e per dare uno stimolo di crescita interiore la floriterapia prende riferimento a tutti gli elementi presenti nella pianta. Nella personalità di Chicory richiede elementi che ammorbidiscano e che sciolgano come il latte che corre nelle vene della pianta o il fiore con il suo colore azzurro che indica la possibilità di un livello spirituale, che supera la gravità e l'attaccamento alla materia.
Invece nell'esempio Clematis la personalità vive un'assenza di radicamento e si muove fra le nuvole in un mondo piacevole, ma lontano dalla realtà. Non ci stupisce se nel rampicante troviamo l'elemento terra presente in un forte radicamento dalle sue radici e non solo aspetti volubili dell'elemento aria. Il rimedio floreale deve risvegliare ciò che manca. Nel nostro caso il legame con la terra, con il concreto e il pratico. Ci aiuta a migliorare non solo il rapporto con il nostro corpo, ma anche con l'ambiente sociale. Ci aiuta a non sfuggire nell'elemento aria e a rimanere sulla terra e affrontare le circostanze. In realtà dobbiamo vivere l'armonia di tutti gli elementi. La capacità creativa e fantasiosa di Clematis ma anche la qualità di poter concentrarsi e di stare con i piedi per terra.
Torniamo dal sapore amaro (elemento terra) presente nell'erba Chicoria. L'amaro ci fa pensare anche a origini amare, carenze nutritive e affettive, ma l'amaro è anche un digestivo che aiuta a digerire questi eventi, come il segreto bianco il lattice (elemento acqua) che rappresenta la parte nutritiva. E' un esempio di come lo stesso elemento può simboleggiare il conflitto enello stesso momento la cura. Dall'altra parte può offrire la soluzione con l'aiuto di un altro elemento.

Dr. Gabriele Krause
Medico, esperta in floriterapia
vocefiori@tiscali.it

**immagine: 4 elementi*

DEPURIAMOCI DALLE PREOCCUPAZIONI

Secondo la Medicina Tradizionale Cinese la tarda estate (fine agosto/settembre) rappresenta la 5° stagione ed ad essa è abbinato l' elemento Terra, l'organo Milza e il viscere Stomaco.
Caratteristica comune dei componenti di questa Loggia Energetica è quella della **trasformazione**: la Terra infatti genera e trasforma la vita, la Milza e lo Stomaco trasformano gli alimenti ingeriti in energia per l'organismo. Dal punto di vista psicosomatico, la Milza è legata al pensiero analitico, alla memoria, alle idee e alla cognizione.
Il fattore emozionale che agisce sul Meridiano che identifica la 5° stagione, cioè quello di Milza-Pancreas, è rappresentato dalle **preoccupazioni**. La causa più frequente della chiusura di questo Meridiano è infatti legata alla difficoltà di assimilare, di trasformare un evento che non si riesce ad accettare, in quanto doloroso ed inatteso.
Le eccessive preoccupazioni, l'ossessione per i dettagli, la costante inquietudine, i ricorrenti dubbi e il surmenage dell'attività mentale a scapito dell'attività fisica sono gli elementi che caratterizzano la tensione del Meridiano Milza-Pancreas. Ulteriori elementi che determinano il suo indebolimento sono: la scarsa capacità di ricordare, la difficoltà nel portare a termine gli obiettivi, l'ansietà per il cibo, specialmente per quello dolce, la costante sonnolenza.
Dal punto di vista fisico, i sintomi che segnalano l'alterazione del Meridiano Milza-Pancreas sono: l'irrequietezza accompagnata da tremore, la cefalea, i dolori gastro-intestinali, la spossatezza.
Spesso la tensione di questo Meridiano viene temporaneamente placata attraverso l'ingerimento di cibi dolci, che hanno la funzione di "addolcire" le preoccupazioni, il senso di vuoto e l'ansia, creando armonia, rilassando e distendendo. Naturalmente questa scelta rappresenta un palliativo e non un'efficace soluzione. Diversamente, per contrastare la mancanza di energia di questo Meridiano, sono diverse le soluzioni naturali a cui si può ricorrere. Tra queste l'Agopuntura, il trattamento Shiatsu, la Digitopressione, la Kinesiologia, il Qi Gong, la Riflessologia Plantare, ecc.
Anche la Floriterapia può essere un valido aiuto per riequilibrare gli aspetti emotivi che influiscono sul deficit energetico sopra descritto.
Per il continuo rimuginio dei pensieri, si può utilizzare il rimedio **White Chestnut**, derivato dalle corolle dell'Ippocastano. Secondo le intuizioni del dottor Bach, questo fiore si adatta a "*coloro che non riescono ad evitare che pensieri, idee e argomentazioni indesiderati si insinuino nelle loro menti. Pensieri che preoccupano e permangono, o se rimossi per un momento, ritornano. Sembrano girare e rigirare, e causano tortura mentale*".
Questo rimedio agisce sulle persone oppresse dalla continua rielaborazione dei pensieri

(condizione definita come sindrome del “disco rotto”) che influisce sulla qualità del sonno, causando continui risvegli e indebolimento dell’organismo.
Grazie alla sua azione riequilibrante, White Chestnut libera la mente dalle preoccupazioni, migliora la capacità di concentrazione, rappresentando anche un ottimo coadiuvante in caso di cefalea muscolo-tensiva e gastriti da stress. Esso stimola la capacità di lasciare andare i pensieri non utili e di trovare soluzioni, calma, tranquillità e pace mentale.
Anche il fiore Himalayano **Down to Earth** – Radice della Terra – è ottimo da utilizzare per contrastare le cefalee derivanti da un eccesso di stanchezza e di preoccupazioni. Questo rimedio agisce per ridurre l’ansia, le paure sottili o nascoste, l’affaticamento psicofisico, la mancanza di stimoli, contribuendo a migliorare il radicamento con la Terra e lo scorrimento dell’energia vitale.
Dai rimedi australiano bush, arriva anche **Boronia**, da utilizzare anch’esso per acquietare il chiacchiericcio mentale, aumentando le facoltà intuitive.
Boronia è particolarmente utile per eliminare la sensazione di essere sotto pressione a causa della testa troppo piena ed intasata di pensieri, con conseguente difficoltà di concentrazione. Utile inoltre per spezzare comportamenti ossessivi e ripetitivi derivati da un desiderio di controllo per insicurezza.

Susanna Lupoli
Naturopata
susannalupoli@hotmail.com

**immagine: White Chestnut/Fiori di Bach; Down to Earth/Fiori Himalayano; Boronia/Fiori Australiaio Bush; Dill/Fiori Califoniani*

“Ama la verità ma perdona l'errore”

Voltaire

RESTARE CON I PIEDI PER TERRA

Sembra strano ma parecchie persone mentre stanno facendo qualcosa trascorrono quasi metà di quel tempo pensando a qualcos’altro che vorrebbero fare e questo le rende insoddisfatte e infelici. Vagare con la mente rende deconcentrati e mai realmente presenti e così non si vive mai appieno ciò che accade ogni giorno perché la realtà diventa una continua proiezione di ciò che vorremmo che fosse. Questa tipologia di persone è fondamentalmente distratta, vive sulla sua nuvoletta con i piedi perennemente staccati da terra si crea così uno squilibrio tra concretezza e idealismo.

La terra è radicamento, vita, fertilità e solidità, l'aria è spirito, intuizione, percezione e spazio.
Nel repertorio dei Fiori di Bach troviamo dei piccoli fiori bianchi che appartengono alla pianta della Clematis Vitalba, uno degli aspetti del rimedio tratto da questo Fiore è quello di riuscire a mantenere i piedi dentro la terra anche quando la testa è tra le nuvole, ovvero ad armonizzare l'indole da sognatore/trice con la necessità di far fronte in modo concreto agli aspetti del quotidiano. In tal modo la parte creativa e fantasiosa potrà concretizzarsi per realizzare i propri progetti. Anche l'infanzia è un periodo della vita pieno di sogni e immaginazione e alcune volte i bambini sono portati a oltrepassare il confine oltre il quale viene a mancare il contatto con la realtà a beneficio di un mondo parallelo di fantasia, l'amico immaginario ne è la prova più evidente. L'indole distratta di questi bimbi potrà essere mitigata dal Fiore Clematis che li aiuterà a rimanere più concentrati e attenti.

Concludo con queste parole tratte dalla canzone "Terra" di Rossana Casale:

" […] E quella striscia fra le nuvole nel cielo
Vado ad occupare con la mente così
La vita mia come un nastro si riavvolge
Mi coinvolge proprio qui
Terra ecco cosa vedo
Terra sulla quale siedo
Terra sotto il sole
Terra quasi mi commuove […]
É bello stare con i piedi per terra
É bello avere i piedi dentro la terra
E con le mani accarezzare la terra
Con gli occhi abbracciare tutta la terra "

*immagine: Clematis

Laura Ferraresi
Floriterapeuta
www.rimedifloreali.it

"Ognuno sta solo sul cuor della terra/trafitto da
un raggio di sole:/ed è subito sera."

Salvadore Quasimodo

L'AVIDITÀ DISTRUGGE L'AMORE E LA FIDUCIA

Vi voglio raccontare di Enrico. Un uomo con nome di re. Tali sono i nomi assegnati in quella famiglia, ma solo ai figli maschi. Per garantire l'unità patrimoniale, le donne da ben tre generazioni, vengono relegate al ruolo di sostenitrici della carriera dei maschi, cui vengono seconde per dato di fatto.
Enrico sviluppa fin da piccolo un comportamento introverso, schivo e diffidente. Passano così gli anni, senza amici e senza casa finché a 47 anni viene travolto dall'entusiasmo e dall'energia di una donna, quasi coetanea, che riesce a godere dei piaceri che la vita offre nonostante uno stipendio nettamente minore del suo.
Vuole vivere come lei. Vuole respirare il mondo come fa lei, sempre sorridente e gioiosa. L'aveva già incontrata anni prima, era rimasto colpito dalla sua solarità, ma non si era avvicinato: un suo amico lo aveva dissuaso e lui si era fermato. Adesso però si sente diverso e i due vanno a vivere insieme.

Desidera ardentemente avere una vita come gli altri, amici, una compagna da amare e da cui essere amato. Una casa e del tempo libero da impiegare per il relax. Ma le cose non vanno come aveva sperato.
Non sa come gestire la nuova realtà e ripropone il modello ereditato dalla famiglia: estrema oculatezza e isolamento affettivo. Dedica tutto il suo tempo al lavoro e all'aumento di ruolo e di stipendio. Perché per Enrico il tempo è denaro e non lo si può sprecare. Non vuol fare vacanze, le vacanze costano, le fa solo se lavora ossia stipendiato dall'azienda.
Ma ciò che lo scoordina indefinitamente sono le spese che questa nuova vita comporta. E cene e uscite con gli amici! Non capisce proprio perché lei voglia un tavolo da pranzo e anche quattro sedie! A che servono? Lui ritiene tutto una spesa inutile. E comincia a diffidare e recriminare su ogni cosa e su ogni acquisto.
Vuole gestire la famiglia come una commessa lavorativa: contingentare ogni spesa alla fine del mese prendendo in considerazione solo quelle con relativi scontrini. Ma secondo lui le spese sono sempre eccessive e immotivate e rifiuta di contribuire. Iniziano discussioni e incomprensioni che lo portano ad accusarla di tutto. Ma continua a cercare di tenerla con sé. La vorrebbe, ma non sa come fare. Vorrebbe cambiare qualcosa, di sé e di lei, ma non sa bene cosa.
Superfluo dire che Enrico e la sua compagna non hanno proseguito insieme il viaggio della vita. Al momento della separazione lui cerca di trattenere, oltre agli oggetti comuni, anche tutto ciò che apparteneva a lei, prima della loro vita insieme. In brevissimo tempo vede riaumentare il conto in banca, pensa di riacquistare la felicità ma realizza che così non è.

E' una persona molto sola, nonostante ricchezza e ruolo sociale elevatissimo. Ha sempre paura di non avere abbastanza, si attacca a ciò che ha e non riesce a condividere niente con nessuno. Né a donare qualcosa. Soffre di forti dolori allo stomaco e di stitichezza. L'evacuazione, rara e dolorosa, è spesso accompagnata da emorragie. E' talmente orientato all'avere da non rendersi conto del male che si auto infligge e che permea tutte le sue relazioni. E' un avaro, sia col denaro sia con i sentimenti.

L'Avere.
Fromm lo contrappone all'Essere per indicare lo stato di coloro che suppliscono all'insufficienza del proprio essere (vera o presunta) attraverso *l'incorporazione* delle cose. Ma questa strategia non porta ad alcun risultato: nel momento in cui si acquisisce qualcosa, questa perde il carattere gratificante che aveva inizialmente.
Enrico è una persona che non è stata nutrita emozionalmente e presenta un legame con la madre problematico. Si può prendere in considerazione **Chicory**, per riequilibrare il potenziale spirituale materno, presente in ognuno di noi, donna o uomo che sia, e operare con l'archetipo della "madre universale". Quando l'energia materna si riesce a declinare positivamente, (in questo stato si ha tutto in abbondanza), si può donare disinteressatamente senza esigere qualcosa in cambio. **Chicory** aiuta sempre a lasciar andare, l'energia si rimette in circolo e l'amore rifluisce.L'avidità e i dubbi hanno avuto il sopravvento sui suoi desideri. In questa particolare forma di avidità e trattenimento, legato a schemi familiari antichi, **Walnut** può aiutarlo a rompere le catene con i modelli acquisiti e proseguire nel cambiamento desiderato; **Cerato** per fidarsi del proprio istinto ed imparare ad ascoltare la propria voce interiore, il cuore, senza rivolgersi agli altri; **Green Rose** per aprire il cuore e affrontare la paura di vivere e **Star Thistle** per ritrovare la fiducia interiore, aiutarlo ad aprirsi agli altri e comprendere che la vera ricchezza dell'Anima sta nel donare e non nell'accantonare materia.

Agata Sapienza
Insegnante di Tai Chi Chuan-Qi Gong; diplomanda in floriterapia
agatix@gmail.com

**immagine: Chicory Green Rose, Star Thistle*

" Tendiamo sempre verso ciò che è proibito e desideriamo quello che ci è negato."

Ovidio

LE OSSA: IL NOSTRO SOSTEGNO FONDAMENTALE

L'elemento più pesante, compatto, solido che noi conosciamo in natura, è l'elemento terra. Seguendo le leggi di affinità e analogia, se dobbiamo trovare nel nostro corpo la parte più pesante, compatta e solida, una corrispondenza organica, la troviamo nelle ossa, la parte più mineralizzata.
La forza di questo elemento si esprime principalmente nella stagione invernale, periodo in cui tutte le energie sono rivolte all'interno; ma anche noi possiamo vivere un momento d'introversione, intransigenza, rigidità, che si possono tradurre in pessimismo, rigidità articolare, blocchi alla schiena.
A chi non è capitato di soffrire di mal di schiena? O di male a una spalla o a un ginocchio? Si tratta di malanni apparentemente comuni, eppure dietro questi sintomi possono nascondersi artriti, artrosi, osteoporosi.
Spesso ci rendiamo conto di avere uno scheletro e delle articolazioni solo nel momento in cui abbiamo dei problemi.
Ossa e articolazioni insieme formano lo scheletro, la nostra impalcatura, infatti, la sua funzione è di sostenere il corpo, oltre che svolgere un'importante azione di protezione, (per es. la gabbia toracica difende cuore e polmoni, il cranio forma una barriera compatta intorno al cervello, la colonna vertebrale protegge e contiene il midollo spinale).

Però lo scheletro è anche uno strumento di autonomia e affermazione, infatti alcune nostre frasi più comuni sono *"farsi le ossa"* per chi vuole acquisire sicurezza, crescere con esperienza; *"reggersi sulle proprie gambe"* o *"camminare da soli"* per chi acquisisce autonomia e equilibrio
Le ossa si ammalano e si "bloccano" quando ci sentiamo imprigionati in ruoli che non riconosciamo nostri, ci irrigidiamo tanto da non riuscire ad avere libertà di movimento e ci sembra impossibile scappare.

Dal punto di vista simbolico la colonna vertebrale rappresenta ciò che ci consente di avanzare con determinazione e di reggere il peso del corpo e simbolicamente le responsabilità che gravano sulle nostre spalle.

Larch è il rimedio per quando il dolore evidenzia una bassa autostima e la schiena non ci sostiene, quando il colpo della strega non ci permette di confrontarci con le situazioni che possono mettere alla prova le nostre capacità. Il larice ci restituisce la fiducia in noi stessi e favorisce l'autostima e allontana la paura del fallimento.
La sfera lombare è la parte più mobile, più flessibile, in psicosomatica, quindi è correlata con la capacità di adattamento alle varie situazioni; il dolore che colpisce questo tratto ci indica un eccesso di carichi.

Rock Water è l'aiuto naturale in caso di forti tensioni e rigidità per chi tende a trattenere le emozioni, soprattutto la rabbia, spesso con riflessi importanti sugli arti e muscoli: mal di schiena, contratture, strappi. L'acqua di roccia ci dà una maggiore tolleranza e flessibilità, ci aiuta ad avere una maggiore elasticità sia fisica sia mentale.

Oak è utile quando siamo sovraccaricati dal senso del dovere, ci carichiamo anche dei compiti che non ci competono, siamo incapaci di lasciar andare, trascuriamo il nostro bisogno di riposo e la nostra schiena s'irrigidisce allo sforzo. Il rimedio ci aiuta a ritrovare la flessibilità, ci fa sentire la libertà di dedicarci a noi stessi.

Se sono le *spalle* a farci male ci pesano soprattutto i carichi riguardanti il lavoro o la famiglia, se invece a bloccarci sono i *gomiti* è il conflitto tra il desiderio di autoaffermazione e i limiti che ci poniamo, se è il *polso* dobbiamo pensare alle nostre capacità di adattare talento e progettazione alle varie situazioni e momenti, se sono le *mani,* facciamo fatica a entrare in relazione con il mondo e plasmare la realtà. L'*anca* invece è un'articolazione che s'infiamma quando non riusciamo più a procedere a grandi passi nella vita. Le *ginocchia* che fanno male indicano una scarsa cedevolezza e orgoglio, mentre *piede* e *caviglia* tradiscono la paura di fare passi falsi.

Elm è il rimedio quando ci sottoponiamo a carichi lavorativi pesanti a cui sentiamo di non poter adempiere e ci sentiamo scoraggiati dalle responsabilità, siamo portati ad irrigidirci per portare meglio il fardello. Il fiore ci aiuta a ritrovare la sicurezza di sé, ci dà l'energia necessaria per affrontare i nostri impegni e ci restituisce la serenità.

Vervain ci aiuta nelle forti infiammazioni dell'apparato muscolo scheletrico, rilassa le contratture e favorisce tonicità e flessibilità delle articolazioni. Di riflesso, a livello mentale, la verbena, ci dona calma e flessibilità.

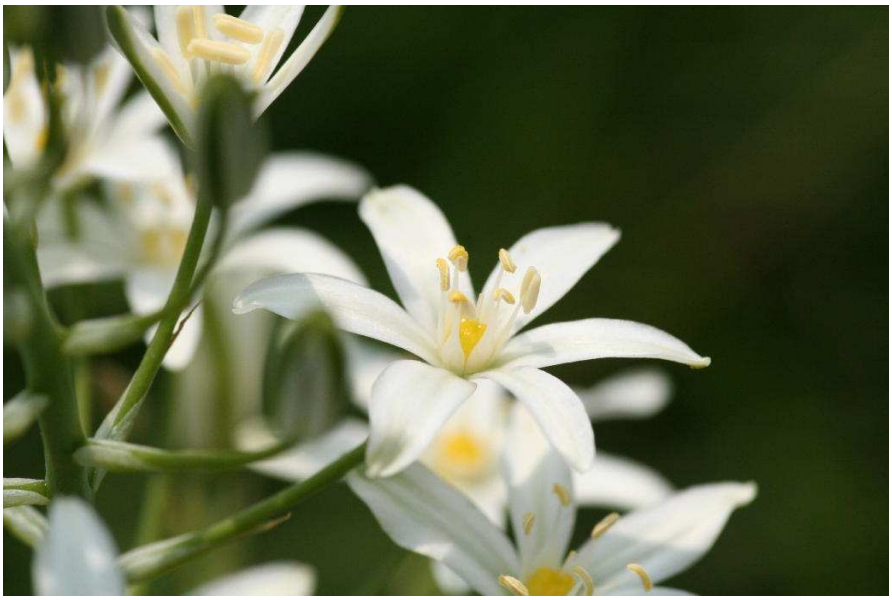
Willow allevia i dolori delle infiammazioni che portano alla rigidità, nelle cronicità. Il salice ci restituisce l'equilibrio e la capacità di conservare uno stato d'animo positivo.

Star of Bethlehem serve per quei blocchi che sopraggiungono a seguito di un trauma, come se portassimo una corazza. Il fiore ci riporta alla vita e al fluire delle emozioni.

Certo non possiamo metterci sotto una campana di vetro e fare finta di niente…giorno dopo giorno possiamo però imparare a evitare sforzi e sacrifici, e a accumulare responsabilità e doveri.
E' consigliabile applicare i rimedi floreali anche localmente aggiungendo una goccia del rimedio scelto in ogni 10 ml di una crema neutra.

Francesca Vinci
Naturopata
frvinci@hotmail.it

**immagine: Larch, Larch-fiore, Oak, Star of Bethlehem*



"Nulla rivela meglio il carattere di un uomo quanto il suo modo di comportarsi quando detiene il potere sugli altri."
Plutarco

Libri consigliati

AVERE O ESSERE? - Erich Fromm. Ed. Oscar Mondadori

I FIORI DEGLI ANGELI - FLOWER TERAPY - Doreen Virtue e Robert Reeves - Edizioni My Life
Un manuale che insegna a conoscere e utilizzare le proprietà energetiche e curative di 88 fiori e la loro correlazione con gli angeli. Gi autori, lei psicologa e indiscussa esperta internazionale di angeli e di fate e Robert naturopata specializzato in salute mentale ed emotiva, illustrano una tecnica che consente di individuare quale angelo è collegato a ciascuno dei fiori esaminati e ad associare le diverse piante ad ogni chackra. Con Flower Terapy, Doreen E Robert, trasmettono l'arte di lavorare con i fiori, le essenze e gli angeli per ottenere guarigione, abbondanza e la realizzazione dei desideri.

LE CARTE DEI MESSAGGI MAGICI DELLE FATE - Doreen Virtue.- Edizioni My Life-
L'autrice da piccola parlava con gli angeli che l'hanno aiutata a sentirsi protetta e felice. Da grande ha deciso di trasmettere agli altri tutto quello che sapeva anche sulle fate. Le 44 carte si basano sulla numerologia pitagorica secondo cui tutti i numeri e le immagini vibrano secondo precisi meccanismi matematici. Il Mazzo consente di connettersi con le fate e interpretare i loro messaggi. Queste creature angeliche, afferma Doreen, sono dapertutto, nei giardini, al parco accanto agli animali domestici e ovunque crescano i fiori. E essendo molto vicine alla terra offrono aiuto e consigli su ogni genere di problemi. Otto diverse artiste hanno realizzato le Illustrazioni.
Le carte sono adatte anche a chi non è esperto in divinazione.

Varie

- ✓ Consultate anche 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.

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

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

Appuntamenti 2013 - 14

CORSO TRIENNALE DI FORMAZIONE E RICERCA
IN FLORITERAPIA 2014

Riconosciuta dall'Albo professionale "Registro Italiano Floriterapeuti/RIF"

il 25 gennaio 2014, a Milano, parte il primo anno della Scuola triennale di Floriterapia. I primi due week end sono aperti a chi desidera approfondire la conoscenza dei 38 Fiori di Bach senza proseguire nella formazione triennale.

Inoltre ogni argomento proposto dalla nostra scuola potrà essere seguito come corso monografico.

Per ulteriori informazioni tel 338 6067653 o 024699442Gabi
http://www.unionedifloriterapia.it/

CORSO DI INTRODUZIONE AI FIORI DI BACH:
primo passo del percorso di Formazione in Floriterapia
2 week end dedicate allo studio delle essenze floreali
25/26 gennaio 2014, 22/23 febbraio - gestito da: Gabi Krause e Patrizia Roberti

IL VIAGGIO DELL'ANIMA NELLA SUA DIMENSIONE UMANA

Quattro incontri dedicati al Seminario FES dello scorso settembre

Sabato: 16-11-2013 dalle 15.30 alle 18.30
Sabato: 14-12-2013 dalle 15.30 alle 18.30
Domenica 02-02 2014 dalle 10.00 alle 13.00
Domenica 02-03 2014 dalle 10.00 alle 13.00

Gli incontri si terranno presso " il Ginko"; Milano, Via Stefini 7
Saranno aperti a chi ha partecipato al Seminario e a tutti i soci della Unione di Floriterapia

Iscrizione all' incontro e ulteriori informazioni: 338 60 67653 Gabi o 329 4279017 Marisa

UNIONE DI FLORITERAPIA

Via Fausto Coppi 1 – 20081 Abbiategrasso/MI
Tel/fax 02 4699442
www.unionedifloriterapia.itinfo@unionedifloriterapia.it

Redazione Notiziario:
Coordinamento e revisione: Luciana Alagna, lucianala@libero.it
Grafica: Gabi Krause, vocefiori@tiscali.it

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